

जीर्णज्वर, खोकी, प्लीहा, गुल्म; बवासीर, प्रमेह, वातरोग नष्ट हुन्छ ।
औषधी अद्भुत छ । कमलापित्तको लागि रामबाण छ ।

घिउकुमारीको गुदी नित्य ६ मासा, मरीच र जिरा ४-४ लाल
मिलाएर खानाले प्रमेह र पुरानो ज्वर आराम हुन्छ ।

गुर्जोको स्वरसमा पिप्ला र मह मिलाएर खानाले पुरानो ज्वरो,
कफ, फियो बढेको र खोकी आराम हुन्छ ।

दशमूल २॥ तोलाको काँडा बनाउनु । चौथाइ पानी बाँकी
भएपछि छान्नु, थोरै मह मिलाएर बिहान सधैं पिउनाले सूजन र ज्वर
ठीक हुन्छ । यही काढाँमा दूध पकाएर खानाले सुत्केरी स्त्रीको
ज्वर आदि सब रोग ठीक हुन्छन् ।

ज्वरको उपद्रवस्वरूप श्वासन, वमन आदि हुन्छ । त्यसको
चिकित्सा मूल रोगको चिकित्सासहित गर्नुपर्छ ।

मद्यपान (रक्सी) खान छुटाउने उपाय

जो मानिस धेरै रक्सी खान्छ, त्यसलाई खानेवाला व्यक्तिले न
देख्ने गरी कालो कौवाको पित्त मदिरामा राखी खान दिनु त फेरि
कहिल्यै रक्सी खान मन गर्ने छैन ।

अथवा- पैसीफ्लोरा मदर टिंचर (होम्यो) २० थोपा पानीमा
राखेर नित्य दिनको ३ पटक पिउने र बिहान नारंगी (नरिवल) को
सेवन गर्ने र खाना खाइसकेपछि कफी वा चिया पिउने गर्नाले केही
दिनमै रक्सी खान छुटाउने छ ।

मिर्गी रोगमा

मृगी रोगमा शरीरमा ऐँठन हुन्छ । आँखा, हात, पाउ, शरीरलाई
कसैले थिचेको जस्तो प्रतीत हुन्छ । रोगीको दाँत टम्म जोडिन्छ ।

मृगी रोगको मूर्छामा रोगी एक्कासि च्याँडिएर लड्छ र फिँज काड्दछ, अरू मूर्छामा फिँज काड्दैन ।

अपामार्गको जरो या पातमा मरीच र सौंष मिलाएर पिसनु र पानी मिलाई पिउनाले मिर्गी रोग हटाउँछ । अपामार्गको जरो या पात भने मरीच र सौंष भन्दा दोब्बर हुनुपर्दछ ।

अथवा - एउटा त्वाङ, अलिकता हिङ, एउटा जाइफल यी सबैलाई एकत्र गरी रेशमको कपडामा राखी रेशमकै धागाले सिएर जन्तर जस्तो बनाई रविवार या मंगलवार धूप राखी धूवाँमा सो जन्तर घुमाई घाँटीमा लगाइराखनाले मृगीरोग जान्छ ।

अथवा - ६० ग्राम जति ज्वानो, ३० ग्राम सुहाग मिलाउनु र पिसेर छात्रु अनि सिसोमा राख्नु । बिहान बेलुको १-१ ग्रामका दरले धेरै दिनसम्म खानु, लाभ गर्दछ ।

मिर्गीलाको रोगमा

दश तोला मूलाको रसमा मिश्री मिलाएर बिहान बेलुकी खाने गरेमा मृगौलाको रोग नष्ट हुन्छ ।

मुखबाट रगत आउने रोगमा

काँचो फिट्किरी आधा तोला, टिङ्गुल १ आनाभर लिएर दुवैलाई मिलाई पिसनु र दुबाको रस पनि १ आनाको तौल जति लिई यी सबैलाई एकत्र गरी २ रत्तीको मात्रा गरी (१०-१५ दिन सम्म) १०-१२ घटक गरी सेवन गर्ने गर्नाले रगत आउने बन्द हुन्छ ।

मुख नभएको पिलोमा

चरियमिलीको पात पिंधेर लगाउनाले निको हुन्छ ।

मुख भित्रको खटिरा र गींजाबाट रगत आउनेमा

५ तोला कोइरालाको बोक्रा २ माना पानीमा पकाउनु आधा माना पानी बाँकी रहेपछि त्यो पानीले कुल्ला गर्नु, मुखको खटिरा र घाउ नष्ट हुन्छ । सुत्केरीको मुखको खटिरा पनि ठिक हुन्छ ।

अथवा- ताजा कागतीको रस र त्यति नै पानी मिलाएर कुल्ला गर्नु ।

मुख पाक्ने रोगमा

करेलाको रसमा खरिमाटो (बुझ्ना) मिलाएर लगाउनाले मुख पाक्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

मुखको दाग हटाउन र अनुहार सुन्दर बनाउनमा

चनाको दाल भिजाउने र त्यसमा बेसार मिलाएर लगाउने र खाने पनि गरेमा मुखको दाग हटी अनुहार सुन्दर बनाइदिन्छ ।

मुसा निस्कएकोमा

शरीरमा पीडा रहित, मासको दाल जस्तो कालो फोकाहरू उठेका हुन्छन् । त्यसलाई मूसा भनिन्छ । शरीरमा जति जति मूसा छन् त्यति दाना भरीच लिएर शनिवार निमन्त्रण गर्नु, रविवार बिहान त्यसलाई कपडामा बाँधेर चार दोबाटोमा छोडिदिनु । मूसा नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- धनियौं पिनेर लगाउनाले या सिपीको खरानी पानीमा मिलाएर मूसामा लेप गर्नाले मूसा नष्ट हुन्छन् ।

कागतीको रस ५ मासा, जवाखर ३ मासा, निलोतुथो र सुहाग ४ मासा, मसिनो पिंघी मुसा कोट्याई लगाउनु फेरि कहिल्यै मुसा आउँदैन ।

मूत्रकृच्छ्र रोग

यस रोगमा पिसाब ज्यादा कष्टसँग थोपा गरी हुन्छ । अथवा रक्तमिश्रित पिसाब थोरै गरी आउँछ । नाभिको तल जाँघमा र मूत्रनलीमा ज्यादा कष्ट हुन्छ । यदि मूत्रकृच्छ्रमा छातीमा पीडा, कोखमा शूल हुने, मंदाग्नि, मूर्छा र दारुण मूत्रकृच्छ्र भने पत्थरीको मूत्रकृच्छ्र भनी जान्नुपर्छ । यदि पिसाबमा रगत आउँछ भने अमला र उखुको रसमा महु मिलाएर पियाउनु ।

अथवा- ६ मासा जवाखरमा ६ मासा मिश्री मिलाएर कुभिन्दोको रससँग खानु ।

अथवा- दुई तोला अमरताको काँढामा एक तोला गुड मिलाएर खानाले पनि मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- सूर्यमुखी फूलको बीज ६ मासा बासी पानीमा पिनेर छान्नु र पिउनु, सब प्रकारको कठिन मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- अलैंची, पाषाणभेद (जरो), शुद्ध शिलाजित, पिप्ला, काँक्रोको बियाँ, सीधनून र केशर समभाग गरी पिन्नु र छान्नु । ३-४ मासा चूर्ण चौलानीसँग खानु कठिन मूत्रकृच्छ्र पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- २ तोला गोक्षुर (गोखरु) एक पाउ पानीमा पकाउनु, चौथाइ भाग बाँकी भएपछि झिकी चिसो पार्नु र दुई तोला मिश्री मिलाएर पिउनु । यसले पनि मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- भुटेको फिटकिरी २ मासा, गेरू २ मासा, मिश्री ६ मासा यो सबै पिनी छानी एक मात्रा बनाउनु । यो पिएर पछि गाईको तातो दूध पिउनु २१ दिनमा सूजन र मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ । ६ मासा साल (सालको खोटो),

अथवा- ६ मासा मिश्री मिलाएर पानीसँग पिउनाले पिसाबसँग

रगत आउने आराम हुन्छ । यस रोगमा दही, गुड, खुसानी, तेल र जलन गर्ने पदार्थ अपथ्य छन् ।

मूत्राघात रोग

मूत्राघात र मूत्रकृच्छ्र रोगमा यो फरक छ कि मूत्रकृच्छ्रमा मूत्रको रुकावट थोरै बेरसम्म पनि हुन्छ मूत्राघातमा धेरैबेरसम्म हुन्छ । मूत्रकृच्छ्रमा पिसाब गर्दा अधिक कष्ट हुन्छ मूत्राघातमा पिसाब गर्दा धेरै कष्ट हुन्छ । मूत्राघातमा पिसाब रोकिई थोरै हुन्छ या बन्द हुन्छ, किन्तु मूत्रकृच्छ्रमा पिसाब त्यति बेर रोकिंदैन । कपूरलाई पानीमा पिनेर कपडामा लपेटेर बत्ती बनाउनु, यो बत्तीलाई लिंगछिद्रमा राखिदिनु बन्द भएको पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- काँक्राको बिर्याँ एक तोला, सिधेनून १ तोला दुवै पिनी चौलानीसँग खानाले पनि पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- सूठो, मरीच, पिप्ला, हर्षो, अमला, नागरमोथे, शुद्ध गुग्गुल समभाग लिएर मह र गोखरु (गोक्षुर) को काँढासँग यो चूर्णलाई खल गरी ३-३ मासाको गोली बनाई पानी मिलाएको काँचो दूधसँग खानाले प्रमेह, मूत्राघात, प्रदर आदि रोग आराम हुन्छ ।

मूत्र रोगमा

त्रिफला, सिधेनून, गोखरु, काँक्राको वित्राँ एति एकत्र गरी पिसी पानीसँग सेवन गर्नु मूत्ररोग हराउँछ ।

मूत्रकृच्छ्र रोग नाश गर्ने उपाय

मूत्रकृच्छ्र रोग- चोट लाग्नाले, मल रोक्नाले र पत्थरीले हुन्छ ।

कसैलाई आगोले पोलेको जस्तो पोली रातो-रातो पिसाब हुन्छ । कसैलाई मूत्राशयमा वा लिंगमा पीडा हुन्छ । थोरै पिसाब हुन्छ । मूत्रकृच्छ्रमा पिसाब रोकिनुले थोरै हुन्छ, पिसाब गर्दा पीडा धेरै हुन्छ तर मूत्राघातमा पिसाब रोकिने धेरै बेर हुन्छ र पीडा थोरै बेर हुन्छ । पिसाब अत्यन्त पोली अत्यन्त कष्टसँग हुनु, सूजनको लक्षण हो । सूजनजस्तै मूत्रकृच्छ्रमा पीप या विषालु कीटाणु हुँदैन न; त सूजन जस्तो दूषित संसर्गबाटै हुन्छ । त्यो हुने अर्कै कारण छ । पुरानो सूजनमा प्रायः मूत्रकृच्छ्र हुन्छ । औषधीले पहिले पेट र पिसाब सफा गर्नुपर्छ ।

मूत्र सफा गर्ने योग

गोखरू, इसबगोल, जेठीमधु, वहीदाना यीमध्ये कुनैलाई राती भिजाएर प्रातः छानेर यही जल पिउनुपर्छ । यसले पिसाब सफा हुन्छ, जलन हट्दछ ।

अथवा- काँक्राको बियाँ ३ पासा, कल्पी सोडा १॥ मासा दुवै पिनेर खानुपर्छ अर्थात् एक पाउ गाईको काँचो दूधमा पानी मिलाएर पिउनुपर्छ, पिएर बस्नु हुँदैन, घुम्दै रहनुपर्छ । सूजनमा बहुत लाभ हुन्छ ।

अथवा- शीतल चिनी (कवाबचिनी) २ तोला पिनेर १६ तोला पानीमा पकाउनु, ४ तोला बाँकी भएपछि ठंडा भएपछि ८-१० थोपा श्रीखण्डको तेल मिलाएर पिउनुपर्छ । दिनको ३ पटक सात दिनसम्म पिउनाले पिसाब सफा हुन्छ, सूजनको जलन हट्दछ । मूत्रकृच्छ्र पनि ठीक हुन्छ ।

अथवा- अलसीको दानाको चिया बनाएर त्यसमा अलिकति खाने सोडा मिलाएर खानुपर्छ । जौको काँडा पनि यस योगमा राम्रो हुन्छ ।

अथवा- फूल न फुलेको सिमलको रुखको जरा झिकी पखाल्नु

र पित्रु, कपडछान गरी रस निकाल्नु, दुई तोलाको मात्रा गरी केही मिश्री मिलाई खानु । नित्य विहान-बेलुका पिउनु प्रमेह र सूजनको लागि अनुभूत छ । यही रस लिंगमा पचका दिनु पनि लाभदायक हुन्छ । ३ महिनासम्म नित्य सेवन गर्नाले बल-वीर्यको वृद्धि हुन्छ । शरीरको कान्ति बढ्दछ, पुष्टि हुन्छ । प्रमेह र वीर्यको कमजोरीका लागि राम्रो औषधी हो ।

अथवा- केराको थंबा कुटेर कपडछान गरी रस निकाल्नु । ४ तोलाको मात्रा गरी खानु, पिसाब सफा हुन्छ । सूजन, मूत्रकृच्छ आराम हुन्छ । दिनको तीन पटक ताजा रस निकालेर पिउनुपर्छ ।

मूत्रद्वारबाट रगत आउने रोगमा

कुरिलाको पात ४ आना भरि, सालधूप ४ आना, आधा पाउ दूधमा मिलाएर वा पिसेर दिनमा १०-१२ पटक वा १-१ घण्टामा खान दिनु निको हुन्छ ।

मूत्रनलीको पत्थरीमा

पिशाबको पत्थरी छ भने गहत पकाएर खाने गर्नाले पत्थरी गलाएर निकालिदिन्छ ।

मोटापन घटाउने

छोटो पिपर, मरिच, सिंधेनून र त्रिफलाचूर्ण नित्य पानीसँग खानाले ठीक हुन्छ ।

मोतीबिन्दु भएमा

२० वर्ष पुरानो खुर्सानीको जरो घोटो आँखामा लगाउनु, मोतीबिन्दु ठिक हुन्छ ।

अथवा- छोरी जन्माएकी स्त्रीको दूधमा असली भिमसेनीकपूर घोटेर ३-४ दिनतक आँखामा लगाउँदै गनाले मोतीबिन्दु नष्ट हुन्छ ।

फेरि अर्कोपटक रोग उत्पन्न न होस् भन्नाका लागि महमा केशर पनि पिसेर आँखामा लगाउनु उचित हुन्छ ।

अथवा - ४ तोला असली गाईको नीनीमा २ वटा कागतीको रस मिलाएर खूब घोट्नु र पानी हालेर २ दिन राख्नु र पानी फाली दिनु, अर्स्त प्रकारले ३ पल्ट गर्नु र बाँकी रहेको नीनी राम्रोसँग राख्नु र राती सुत्ने बेलामा आँखामा लगाएर सुत्ने गर्नु मोतीबिन्दु रोग ठिक हुन्छ ।

मौसमी ज्वरो आएमा

कागतीको रस २ तोला र चिरौंताको काढा २ तोला मिलाई पिठनाले मौसमी ज्वरो निको हुन्छ ।

मोहीको गुण

दिसा कवच गर्ने (बाँध्ने), गाईको मोही टर्सो, अमिलो, मधुर, अग्नि दीप्त गर्ने, हल्का, उष्णवीर्य, बल बढाउने, तृप्तिकारक, वातरोगनाशक, पिशाब खलाँस गराउने, प्यास हटाउने हुन्छ । घिउ न झिकेको मोही बल-ताकत बढाउने हुन्छ । घिउ झिकेको हल्का हुन्छ । मोहीको सेवन गर्दा वातरोगीले सिधेनून मिलाइ खानु । पित्त प्रधान हुनेवालाले मिश्री मिलाई खानु, कफ फाल्दछ । सधैं मोही खानाले सानो तिनो रोग लाग्दैन । निरोगी बनिने ठूलो गुण मोहीमा छ ।

यौन रोगमा

स्त्री पुरुष दुवैको यौन सम्बन्धी रोगको लागि काँचो लसुन खानाले ठीक हुन्छ ।

रक्तश्रावमा

रगत धेरै नै आइरह्यो भने नागकेशर पिसी फाँको मारु (खानु) ।

अथवा- दूबोको रस प्रशस्त पिउनु ।

अथवा- भृंगीराज पिसी छानी सेवन गर्नु ।

अथवा- ४/५ तोला कागतीको रसचिसो पानीसँग पिउनु । नाक,
मुख या अरु कुनै ठाउँबाट रगत आएको भए पनि रोकिन्छ ।

अथवा- चोटपटक लागेर वा अरु कारणवश रक्तश्राव भएको
छ भने ६ मासा काठलाको चोक्रा मसिनो गरी पिन्धी दूधसित
खुवाइदिनु, रक्तश्राव रोकिन्छ ।

रक्तचापमा

गाजर, काँक्रो, पालकको रस अलग-अलग पिउने गर्ने र साथै
गहुँको, जमसको रस पनि खाँदै गरे रक्तचाप रोग ठीक हुन्छ ।

रक्सीको नशामा

विमिराको केस्रा २/३ ओटा र अमिलो दारिम २-३ तोला मिलाई
ख्वाउनाले रक्सीको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- २ तोला गाईको घ्यूमा चिनी मिसाउनु र खान दिनु,
रक्सी जाँड आदिको नशा नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अमिलो र पानी मिलाई पियाइदिनाले वा फिट्किरी
घोली खुवाउनाले रक्सीको नशा हट्दछ ।

अथवा- नरिवलको पानी पियाइदिनु ।

अथवा- मूलाको रस र फिट्किरी पिसी ख्वाइदिए रक्सीको नशा
हट्दछ ।

रगतमासी परेमा

बेलको गुदी सुकाई चूर्ण गरी बाछ्राको दूधसँग खानु रगतमासी परेको आराम हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रस मासामा आधि रत्ति अफिम मिलाई दूधसँग पिउनाले रगत आउँ मासि निको हुन्छ ।

रगत आउँको औषधि

बाँजको ताजा बोक्रा र काफलको ताजा बोक्रो बराबर मिलाएर कुट्नु र निचोरेर कपडामा छानी २ तोला जति ३ टायम खालि पेटमा खानाले १५/१६ दिन सम्ममा निको हुन्छ ।

पथ्य- काँचो केसको तकारी, दही, पुरानो चामलको भात, मोही आदि दिनु, भरपेट न खानु ।

रसदोषको औषधि

ज्वरो आएको बेलामा स्त्री संभोग गरेमा प्रायः रसदोष हुने गर्दछ । यो एक प्रकारको सन्निपात नै हो भन्ने हुन्छ । रज र वीर्यको दोषबाट पैदा हुने भएकोले रस दोष भन्दछन् । यस रोगमा हुटिट्याउँको फुल खान दिनु मूत्र- द्वारमा पनि लगाइदिनु, निको हुन्छ ।

अथवा- फापरको पीठो मुछेर खान दिनु, मूत्रद्वारमा पनि लगाइदिनु, यसले पनि फाइदा गर्दछ ।

रगतको विकारमा

सुन्तलाको रस १ तोलामा चिउँताको रस मिलाई पिउने गन्यो भन्ने रगत शुद्ध हुन्छ र निरोगिता गराई बलियो पार्दछ ।

रक्तातिसारमा

नासपतीको सर्वत २/३ तोलासम्म ठिक पारी १ मासा बेलको चाना मिलाएर चाट्ने गर्नाले रक्तातिसार नष्ट हुन्छ ।

रगत सफा गर्नमा

निमको बोक्राको धूलो ५ तोला, त्वाडको धूलो ५ लाल, श्मालेको पानी ११/२ माना मिसाएर १५ मिनेट जति पकाई झिकेर छात्रु, २-३ मात्रा दिनको २ पटक खानाले रगत सफा गरी शोक जगाउँछ ।

अथवा निमको बोक्राको धूलो १ मासा, दालचिनीको धूलो २ लाल मिलाई पुरिया बनाउनु । २ पुरिया र्जतिको मात्राका दरले खानाले च्चरोलाई फाइदा गर्दछ । ताम्रबढाउँदछ र रगत सफा गर्दछ ।

शुद्ध गंधक त्रिफलासंग केही दिनसम्म खानु र घाउ खटिरामा लगाउनको लागि सफेदा खासगरी ६ मासा, मुरदाशंख मासा, सिन्दूर ३ रत्ती, हलेदो ४ लाल, भुटेको फटकिरी एक मासा, भुटेको नीलोतुथो ३ लाल, सस्यूको तेल ९ मासा, मैन एक मासा, पहिले मैनलाई तेलमा गलाएर यी सबै औषधी पिनेर, छानेर, मिलाएर मलम बनाउनु । यो मलम घाउ, खटिरामा लगाउनु अत्यन्त उत्तम छ ।

अथवा- स्वर्णक्षीरी (सत्यानाशी) को जरो ९ मासा, घरीच ९ दाना पिनेर नित्य मिलाउनु र मुगीको दालको खिचडी खान दिनु २१ दिनमा सबै प्रकारको रक्त विकार, कृष्ठ, लुतो आदि आराम हुन्छ ।

अथवा- स्वर्णक्षीरीको अर्क बनाएर पिउनु र त्यसको धियाँको पाताल यन्त्रबाट निकालेको तेल लगाउनु रक्त विकारको लागि अमोघ औषधि हो । यसको साथै धिउ बढी खानुपर्छ ।

रगत वमनमा

३ तोलासम्म नासपतीको अचार (मुरब्बा) मा, २ मासा नागकेशरको धूलो मिलाएर खानाले रगतको अलकाई र रगत वमन गर्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा २ तोला नासपतिको सर्वतमा १ मासा बयरको गुदी मिलाई खानाले वमनमा रगत आउन बन्द हुन्छ ।

रगत वायुविकार र कुष्ठ रोगमा

घाठ वा सुनिएको ठाउँमा काँडे बाहुमासे गुलाफको पात (कलिलो) लाई पिंघेर लेप बनाई लगाउनु, डाहा भै फोर्नु परेमा सिन्काले सिउँडीको दूध १/२ थोपा उक्त ठाउँमा मात्रा लगाउनु, जस्तै घाउ भए पनि फोर्ने गुण सिउँडीको दूधमा छ ।

रुघा-सर्दीमा

कालो जीराको चूर्ण सुँघनाले, बच (बोझो) को सुगन्धले, गुड र अदुवा मिलाएर खानाले, अमला र गहतको काँडा खानाले कठिन रुघा ठीक हुन्छ ।

अथवा सुठो, पिप्ला, मरीच समभाग गरी पिनी सबैको ४ गुना गुड मिलाएर बयरजत्रो गोली बनाउनु । यो गोली खानाले शिर भारी हुनु, कफ र रुघा ठीक हुन्छ ।

अथवा- मरिच, मुनकादाख, मिश्री, जेठीमधु सबै पिनेर १ मासाको गोली बनाउनु । दिनभरमा ४ गोली नित्य खानु; रुघा आराम हुन्छ ।

अथवा असुराको काँडामा मह मिलाएर खानाले वा तुलसीको

पातको चिया बनाएर खानाले सर्दी, रुघा, शिरपीडा ठीक हुन्छ ।

राती आँखा न देखेमा

आधा माना बाख्रीको दूध तताउनु, त्यसमा कागतीको रस हाली फटाल्नु, सेलाएपछि कपडाले छान्नु र ७ दिनसम्म खानाले रोग निर्मूल हुन्छ ।

अथवा कागतीको रस २ थोपा आँखामा राख्ने गर्नाले आराम हुँदै जान्छ ।

राती ओछ्यानमा पिशाव गर्ने रोगमा

ओछ्यान मुनिको भिजेको माटो आगामा पोलेर घिउ र मह (विषमभाग)मा फेटेर खान दिनु ।

अथवा- नीमको ताजा जरो कुटी १ रत्ति अफिम मिसाई सुत्ने बेलासा खान दिनु ।

रातो सेतो मिलेको आउँमा

सत्ति बयरको ताजा बोक्रा कुटेर निचोरेर कपडामा छानी २ तोलाको मात्रा गरी दिनमा ३ पटक खान दिनु ।

पथ्य- रगत आउँमा २१ दिनसम्म सेवन गर्नु, दही भात आदि प्रशस्त खानु ।

अथवा धजैँराको फूल पिसी दहीसँग खालि पेट बिहान बेलुकी खानु, सेतो रगतको आउँ (मासी)निको हुन्छ ।

राजयक्ष्मा (टि. बि.) को शङ्कामा

पित्तभंजिका, बाख्रीको दूधमा मिलाएर २ तोलाको मात्रा गरी

विहान बेलुकी प्रतिदिन १ वर्षसम्म खानाले टि. बी. भइसकेको भएपनि निको हुन्छ ।

रुघा लागेमा

काँचो बेसार घिउमा भुटेर महसँग केही दिनसम्म दिनको ३ पटक खाने गर्नाले केही दिनमै रोग निको हुन्छ ।

अथवा- २१ गेडा सेतो मरीच पिनेर चूर्ण बनाउने र दिनको २ पटक पानीसँग खाने गर्नाले रुघा लागेको ठिक हुन्छ ।

अथवा कागतीको ३/४ मासा रस तातोपानीसँग १/१ घण्टामा खाने गर्नाले रुघाको ज्वरो समेत नष्ट हुन्छ ।

अथवा अदुवाको रसमा मह मिलाई चाट्ने गर्नाले कफको खोकी, दम र सर्दीको रुघासमेत निको हुन्छ ।

अथवा ल्वाङ्को तेल नस लिने गरेमा सर्दीबाट लागेको रुघा खोकी सञ्चो हुन्छ ।

लागु पदार्थले बेहोश भएमा

त्यस व्यक्तिको दुवै कानमा तोरीको तेल भरिदिनाले नशा उत्रन्छ ।

अथवा कागतीको रस, पानीमा धोली पियाइदिनु ।

अथवा - फिट्किरीको धूलो पानीमा घोलेर पियाइदिनाले पनि नशा उत्रन्छ ।

सावधानी - नशा सेवन गरेको व्यक्तिलाई चिनी आदि गुलियो चीजहरू दिनुहुँदैन, यसले झन् नशा चढाइदिन्छ ।

लिङ्ग मोटो गराउने उपाय

भलायो, कण्टकारीको फल, अनारको बोक्रा, मरीच, पिपला,

सिधेनून एति एकत्र गरी पिसी छानी १ सेर जति तोरीको तलमा पकाउनु, जब गाढा हुन्छ, तब उतारेर राख्नु, आवश्यकतामा लिङ्गमा विस्तारै मालिस गर्नु, यसरी लगातार २०-२५ दिनसम्म प्रयोग गर्नाले लिङ्ग खूब मोटो हुन्छ र मात्तिन्छ पनि ।

अथवा बेलपत्रको गाढा रसमा मह पिलाई विस्तारै मालिस गर्ने गर्नाले लिङ्ग मोटो हुँदै जान्छ, तर यो क्रम मोटो न हुञ्जेलसम्म लगातार प्रयोग गर्दै रहनु पर्दछ ।

अथवा सुहागलाई पिसी मह मिलाई लिङ्गमा लगाउने गर्नाले पनि केही दिनबाट नै मोटो हुन थाल्नेछ । आफूलाई कत्तिको मोटो चाहिने हो तबतक औषधी लगातार प्रयोग गरिहनु ।

लिङ्ग शिथिलतामा

सिमलीको जरा घोटेर लिङ्गमा लगाउनाले लिङ्गको शिथिलता हटाउँछ, कामनाको बेग बढाउँछ । (लिङ्गको सुषारीमा टुप्पामा भने लगाउन हुँदैन) ।

लुताको औषधि

करवीरको रस साढे २ मुठी, १ माना सस्युको तेलमा पकाई लगाउनु ।

अथवा काँचो सिन्दूर, मरीचको चूर्ण बराबर गरी भैंसीको नौनीमा मिलाई लेप लगाउनाले लुतोमा फाइदा गर्दछ ।

अथवा - आधा माना तीलको तेल र २ माना दुबोको रस पकाउनु र तेलमात्र बाँकी रहेपछि छानेर राख्नु र लुतो दाद आएको ठाउँमा लगाउनु, दुवै रोग ठिक पर्दछ ।

लुतोको लागि अन्य औषधि

हलेदोको लेदो र औँपको पातको पानी सस्यूको तेलमा मिलाएर पकाउनु । जब लेदो मात्र बाँकी रहन्छ तब लुतोमा लगाउनाले आराम हुन्छ ।

अथवा- करवीरको पात, सिप्लीगान, हलेदो, चितो, धर्वाँसो, मैनफल, मरीच, आँकको दुध, स्यूँडीको कुथ यी सबै एकत्र गरी पिँधेर लेप लगाउनाले अति चाँडै लुतो अथवा दाद निको हुन्छ ।

अथवा ग्रामादि तेल (आयुर्वेदिक) लगाउनाले पनि भयंकर, (घिनलाग्दो) लुतो पनि चाँडै निको हुन्छ ।

अथवा मोधित गन्धक ५ लालको मात्रा गरी गाईको घ्यूसँग खानु, गाईकै दुध पछिबाट पिउने गर्नु यो उपाय उत्तम र सफल छ ।

अथवा मरिच, गन्धक र अमला पिनेर घिउमा पकाएर लुतो आएको ठाउँमा लगाइदिनु लुतो ठीक हुन्छ ।

अथवा - निलोतुथो १ तोला, गन्धक ५ तोला, फुराएको मुहाग ५ तोला, रसकपूर १ तोला, मैनफल १ तोला, सुपारीको धूलो १ तोला, नीमको खोटो २ तोला, सानो अलैंचीको धूलो १ तोला, मोम ३ तोला, यी सबै एकत्र गरी खूब मैदा गरी पिसी नरिवलको तेलमा मलम (लेप) बनाएर लुतो या दादमा लगाई खूब मालिस गर्नु, यसरी २२-२५ दिनसम्म लगाउनु । जुहाउनु पर्दा नीमको या अपलाको साबुन प्रयोग गर्नु, सञ्जो हुन्छ ।

अथवा- सोधित गन्धक आधा मासा, २ तोला गाईको घिउमा फुराएर अलि अलि कालो भएपछि मनतातो छँदैमा खाली पेटमा खानाले या भातमा हालेर मुखेर पहिलो गासमा यो खानु । यसरी

केही दिनसम्म सेवन-(प्रयोग) गर्ने गर्नाले लुतोमा लाभ गर्दछ ।

वमनाशक उपाय

पित्तपाषडा २ तोला लिएर आधा सेर जलमा पकाउनु । चार खण्डको एक खण्ड बाँकी भएपछि झिक्नु, त्यसमा मह मिलाएर पिउनु ज्वरसहितको वमन ठीक हुन्छ ।

अथवा- सानो हर्षोको चूर्णमा मह मिलाएर चाट्नाले अथवा पानीमा पुरानो चामल भिजाएर एक घण्टापछि पानी छुट्याई त्यसमा थोरै मिश्री मिलाएर पिउनाले अथवा पिपलाको वृक्षको सुकेको बोक्रा जलाएर खरानी बनाई पानीमा भिजाएर अलिअलि गरेर पिउनु वमन ठीक हुन्छ । उपाय अनुभूत छ । वमनसाथ तीखा र दाह छ भने दाखको रसमा मह मिलाएर पिउनु या चौलानीमा थोरै जाइफल घोट्टेर पिउनाले द्विक्का र वमन ठीक हुन्छ, या गिलोये (गुर्जो) को काँडा बनाएर ठण्डा गरी मह मिलाएर पिउनाले वमन ठीक हुन्छ ।

कपूर, कचरी समानभाग मिलाएर कुटी पिसी कपडछान गर्नु, महका साथ चटाउने गर्दै रहनु आराम मिल्दछ । मात्रा २ रत्तिदेखि ६ रत्तिसम्म ।

ववासीरमा

रगत आएको छ भने दूबोको रस ५० ग्राममा चिनी मिलाएर खानु ।

अथवा नागकेशर १० ग्राममा दूबोको रस ५० ग्राम मिलाएर पिसनु र खानु । दुखेको छ भने १ ग्राम जति भाङ पनि मिसाएर खानु । रगत आएको छैन भने हर्षो २० ग्राम जति लिई गर्उँतमा पिसेर गुडका साथ ७ दिनसम्म खानु । रगत आएको छ भने दिशा वस्दा फट्किरी जलले (मलअङ्ग) धुनु ।

अथवा सिधेनून, इन्द्र जौ, सूँठो, बेल, चितो यी सबै समभाग लिएर चूर्ण गर्नु, गाईको महीसँग नित्य ३ मासाका दाले सेवन गर्ने गरेमा बवासीर सञ्जो हुन्छ ।

वात रोगमा

२५ ग्राम धतुरोको बीज पिसेर ६०० ग्राम सम्युको तेलमा ७ दिनतक भिजाइ राख्नु, त्यसपछि छानेर त्यो तेल मालिश गर्ने गर्नाले फाइदा गर्दछ ।

अथवा दालचिनी ३ तोला, तोरीको तेल २० तोला, सूति ३ तोला, लसुन ३ तोला, कुचला ३ तोला, एति सबै एकत्र मिलाई पिसी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, जब पाक्दछ, तब उतारेर छान्नु र सो तेल सिसीमा राख्नु । जहाँ दर्द भएको छ त्यहाँ लगाई मालिस गर्ने गर्नाले सबै किसिमका पीडा र वातरोगमा निकै लाभ गर्दछ ।

वात कफको औषधि

(अष्टमङ्गल रस)

सुठो, मरीच, पिपला, हरी, बर्रो, अमला, सोधित पारो, सोधित गन्धक समान भाग लिई गन्धक र पाराको कजल बनाउनु; उपरोक्त ६ चीजको चूर्ण बनाएर खलमा सबै चीज मिलाएर खूबसँग घोट्नु, राम्रोसँग मिलिसकेपछि महमा मिलाएर खानाले वात कफजन्य खोकि आदि हरेक रोगमा फाइदा गर्दछ ।

वाक्वाकीमा

सुन्तलाको बोक्राको धूलो १ मासा बनाई चाट्नाले वमन बन्द हुन्छ ।

अथवा तुलसीको रसमा अलैंचीको धूलो र मिश्री मिलाएर खाएमा वाक्वाकी आउन बन्द हुन्छ ।

वान्ता गराउनमा

नीमको बोका पकाएर काढा बनाई खानाले वान्ता गराउँदछ ।
(कफबाट भएको तृषा पनि शान्त हुन्छ) ।

वायु बढेर पेट ढाडिएमा

मुसावर चूर्ण १ मासा, हिङ्ग १ मासा, महसँग मिलाएर १० १२ गोली बनाउनु, १ गोलीको मात्रा गरी दिनको २ पटक खानु निको हुन्छ ।

अथवा भोजनको पहिल्यै सिधेनून र अदुवा मिलाई खानाले भोक जाग्दछ । अरुची नाश भई जिभ्रो र घाँटी पनि सफा हुन्छ ।
वायु बढेर पेट ढाडिने कुरै आउँदैन ।

वाथसम्बन्धी रोगमा

सिधेनून ४ तोला, आँकको दुधमा फेटेर सुकाउनु । १ मासाको मात्रा गरी बिहान बेलुकी खानेगर्नाले क्षय र वाथसम्बन्धी रोग का साथै खोकी पनि निको हुन्छ ।

विषमज्वरो (टाइफाइड) मा

पलाँशका केही पातहरू टिपेर हातमा मलेर मसिनो र सफा कपडाले पातलाई बेने र ज्वरो आएका ब्यक्तिले बिहान-बिहान २ ४ दिन सुँच्ने गरेमा विषमज्वरो (टाइफाइड) हराएर जान्छ ।

अथवा- बोझो, हरो र घिउ यी तीनऔटै चीजलाई रोगीको नजिकै आगोमा धूप दिनाले विषमन्त्रो हट्दछ ।

अथवा नीमको पात, बोझो, हरो, सेतो सस्यू र गुग्गुल आगोमा धूप दिई सो धूपको नस लिने गरेमा विषमन्त्रो हट्दछ ।

अथवा सेतो करवीरको जरोलाई आइतवार बिहानै निमन्त्रण एवं पूजा गरी उखेलेर रोगीको कानमा बाँध्नाले विषमन्त्रो नष्ट हुन्छ ।

अथवा तुलसीको पातको रस, लसुनको रस र मरीचको धूलो मिलाएर खानाले सो रोग सञ्चो हुन्छ ।

अथवा कालो जिरा, मरीच र गुड बराबर मिलाई पिसेर खानाले विषमन्त्रो सञ्चो हुन्छ ।

अथवा - सुँठो, जीरा, गुड, यी सब एकत्र गरी पिसी तातो पानी या मदिरासँग सेवन गर्नाले विषमन्त्रो निको हुन्छ ।

विषादि कीराले टोकेकोमा

जुन ठाउँमा टोकेको छ त्यस ठाउँको खील फ्याँकेर 'आरोग्य विन्दु' वा 'अमृत विन्दु' वा 'हिलर मलहम' लगाउनु ।

विषालु चीजले टोकेकोमा

जुन ठाउँमा सर्प आदि विषालु चीजले टोकेको छ त्यस ठाउँ देखि माथि सर्पको विष सर्न नपाउने गरी कमलो डोरिले मस्काएर बाँध्नु र टोकेको ठाउँबाट रगत निकालेर (आफ्नो) पिशाव फर्दिनु गदिनु वा पोटास पानीले धुनु ।

अथवा गाईको घिउ, सिध्नेनू मिलाएर तताई बिच्छिले टोकेको ठाउँमा लाउनु बिच्छिको विषले असर गर्दैन ।

अथवा - शिरीषको दाना, स्यूँडीको दूधमा घोटेर ठोकेको ठाउँमा लेप लगाइदिनु, बौलाहा कुकुरको विष उत्रन्छ ।

अथवा- चामलको पीठो मुछेर १ २ मासा भेंडाको रौंलाई खरानी बनाई मिलाइ खानु बौलाहा कुकुरको विषको असर जान्छ ।

अथवा धतुराको जरो १ मासा दूधमा घोटेर पिउने गर्नु, बौलाहा कुकुर आदिको विष जान्छ ।

अथवा हलेदो, चुत्रो, मजीठो, नागकेशर, एति ४ थोक मिलाई चिसोपानीमा घोटेर वा पिसेर लाउनु माकुरादिको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- धतुराको जरो १ मासा दूधमा घोटेर पिउने गर्नु, बौलाहा कुकुर आदिको विष जान्छ ।

अथवा सुवर्णभस्म १ लाल घ्यूर मह (विषमभाग पारी) मिलाई नित्य खाने गरेको छ भने कुनैको पनि विष लाग्दैन ।

वीर्य पातलो भएमा

तुलसीको बीउ एक माना जति पानामा हालेर खाने गरेमा वीर्य गाढा र संभोगशक्ति प्रदान गर्नमा महत् पुर्‍याउँछ ।

शरीर पुष्टिमा

भाङ २ मासा, गोरखपत्र ६ मासा, मरीच १ मासा, मिश्री १० मासा, खाँड ३ तोला, एकत्र गरी पिसी २७५ मि. ग्रा. जति पानी या दूधसँग पिउनाले शरीर पुष्टि हुन्छ, बल बढाउँदछ, साना तिना रोग नजिक आउन सक्दैनन् ।

शरीर मुन्निएकोमा

अनुवाको रसमा पुरानुसखर पिलाई खानाले सारा शरीर मुन्निएकोमा फाइदा गर्दछ ।

शरीर दुर्गन्धित छ भने

राम्रो खालको चन्दन, कस्तुरी र जाँको पीठो समभाग मिलाएर शरीरमा मल्ने र मिल्छ भने बेलुका लगाएर सुत्ने, बिहान राम्रो खालको साबुनले नुहाउने गरेमा दुर्गन्ध आउन बन्द हुन्छ ।

शिर (टाउको) दुखेमा

पहाडिया करेलाको फूल, सेतो गुलाफको फूल, हर्राको बोक्रा सबै बराबर मिलाएर पिसी कपडछान गरी महमा ठूलो केराउको दाना जत्रो गोली बनाई राख्नु र २ गोली बिहान, २ गोली बेलुका तातो पानीसँग खाने गर्नाले अद्भुत चमत्कार देखाउने छ ।

शीत ज्वरमा

गुलाफ, फिटकरी १ सेर, सोधित शंखिया १ मासा, माटाका हाँडीमा राखेर माटाको ढक्कन लगाई माटाले नै मुख (चर) बन्द गरी सुकेका गोबरका गुईठामा पकाउनु, त्यो भस्म (खरानी) भएपछि लावा जस्तो हुन्छ, पिसरे कपडाले छानी १ भासाको मात्रा गरी तातो पानीसँग ३-३ घण्टामा खाउने (खाने) गर्नाले आराम हुन्छ ।

शीत पित्तमा

अदुवाको रस र पुरानो गुड मिलाएर खाने गरेमा शीतपित्त रोग निको हुन्छ ।

शीघ्रपतनमा

तुलसीको पात र तुलसीको बिउ दुवै मिलाएर चपाएर खाने गरेमा शीघ्रपतन हुनबाट बच्न सकिन्छ ।

अथवा- तुलसीको वीउको चूर्ण ३/४ रत्ति पानको बीडामा हालेर खानाले शीघ्रपतन (चाँडै वीर्य स्खलित हुने) रोग नष्ट हुन्छ । (स्वप्नदोषको रोग पनि निको हुन्छ) ।

जिमिकन्द अथवा तुलसीको जरालाई चूर्णगरी पानमा राखेर मैथुनका समयभन्दा पहिले खाई संभोग गर्नाले छिटो वीर्य झर्दैन ।

अथवा भैँसेराको अण्डामा नानीकासाथपिसेर संभोगका समयमा दुवै गोडाको पैतालामा लेप गर्नाले वीर्य झट्टै झर्दैन । स्तम्भन भई रहन्छ रे । परन्तु यो औषधी लगाएपछि भैँमा न टेक्नु, संभोग गरेर तृप्ति भए पछि भने टेके पनि हुन्छ ।

अथवा- नीलकमल, सेतो कमल, केशर, मह र मिश्री एकत्र गरी पिसेर संभोगका समयमा आफूले नाभीमा लेपन गरी संभोग गरेमा छिटो वीर्य झर्दैन र लिङ्ग दृढ भइराख्छ ।

अथवा- गाईको सिङ्को बाहिरी भाग (आफैंझरेको फुक्लेको) लाई अग्निमा डढाई दिनु, त्यसबाट निकलेको धुवाँमा कपडा पार्नु, आवश्यकतामा सो कपडा शरीरमा ओडेर (लगाएर) स्त्री प्रसङ्ग गर्नाले वीर्य स्तम्भन भई आनन्द हुन्छ रे ।

अथवा- वरको ताजा बोक्रा लिएर छायाँमा सुकाउनु र चूर्ण बनाउनु । ४/४ मासा बिहान बेलुका तातो दूधसँग सेवन गर्नु शीघ्रपतन रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अमिलीको वीउलाई चारदिनसम्म पानीमा भिजाइ राख्नु, त्यसपछि पानीले राम्रोसँग धुँदा बोक्रा गएपछि पिसनु र यस औषधीको दुइगुना (दोब्बर) गुड मिसाई गुच्चा बराबरको गोली बनाई बेलुका सुत्ने बेलामा दूधसँग सेवन गर्नाले शीघ्रपतन रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कमरमा फिट्किरी बाँधेर संभोग गर्नाले छिटो वीर्य स्खलन हुँदैन वा केही बेर रोक्नमा मद्दत गर्दछ ।

अथवा- न्युपरकेनाल मलहम या बुटायल क्रीम लिङ्गमा लगाई संभोग गर्नाले शीघ्रपतन रोग कम हुन जान्छ ।

शीघ्रपतनका रोगीहरूले प्राकृतिक तरिकाबाट उपचार गर्दा ध्यानदिनु पर्ने केही कुराहरू-

हस्तमैथुन आदि अप्राकृतिक कार्यमा आदत बसेको छ भने तुरुन्त त्याग गर्नुपर्दछ ।

बेलुका सुत्ने बेलामा अनिवार्यरूपले पिशाब फेरेर मात्र सुत्ने गर्नुपर्दछ

दिशा पिशाबको वेग रोक्न हुँदैन । मादकपदार्थको सेवन सर्वथा त्याग गर्नुपर्दछ ।

अश्लील पुस्तक पत्रिकाहरू, अश्लील फोटो चलचित्रहरू हेर्ने पढ्ने गर्नुहुँदैन ।

न्यादा पियो, न्यादा अमिलो र अधिक गुलियो, नुनिलो खाने गर्नुहुँदैन ।

कुनै पनि औषधीहरू शीघ्रपतनको निवारणको लागि प्रयोग गर्ने गरिएको छ भने कम्तिमा १ महिनासम्म लगातार सेवन गर्नु ।

संभव छ भने बेलुका सुत्ने बेलामा मनतातो दूध दैनिक रूपमा खाने गर्नु ।

बिहान सबैरे उठेर १४ १५ मिनेट टहल्ने घुम्ने गर्नु ।

बेलुका सुत्ने बेलामा एउटा तामाको भाँडामा पानीमा त्रिफला राखी ढक्नले ढाकेर बाहिर शीतपर्ने छाउँमा राख्ने । बिहान उठ्ने बित्तिकै सो पानी मनम पिउने गर्नाले दिशा खुलेर आउँछ, मधुमेह - प्रमेह आदि रोगहरू भए कम हुँदै जान्छ । स्मरणशक्ति बढ्दछ, नशा अम्मल गर्ने गरेको छ भने पनि कम गराउन सहायक हुनुका साथै शीघ्रपतनमा ठूलो लाभ गर्दछ

शूलमा

त्रिफला, रायो कुटी समभाग लिङ्ग मसिने गरी पिसनु र घ्यू र मह (विसम पारी) खानाले सर्व शूल निको हुन्छ ।

अथवा एक चिम्टी हिङ्ग तातो पानीसँग खानाले शूल रोग ठिक हुन्छ

अथवा आधा पाठ कागतीको रस, २ तोला विरेनून, ६ भासा हिङ्ग, तासेको कागतीको बोक्रा, बियाँ फ्याँकी हिङ्गहाल्लु, सिसीको मुख राम्रोसँग बन्द गरी २१ दिनसम्म भैंसा गाडिदिनु, पछिबाट झिकेर १ तोलाका दरले खानु शूल नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको बोक्रा मात्र खाए पनि वायुसम्बन्धी शूल नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला चरिअमिलीको पातको काढामा १ लाल भुटेको हिङ्ग मिसेर पिउनाले पेट दर्द र शूल समेत नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला सिमलीका पातको रसमा १ मासा मरीच र ज्वानोको थूलो मिलाई खानाले पेटमा भएको वात सञ्चय र त्यसबाट हुने उदरशूल आदि रोग नष्ट हुन्छ । पाचनशक्ति बढ्दछ । पेटभित्र वायुको सञ्चय हुँनपाउँदैन, पेटका तमाम रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा हिङ्ग १ लाल, मरीचको थूलो १ लाल, सुठोको चूर्ण १० लाल, धाक्लो गुद मिसेर गोली बनाउनु र १ गोलीका दरले खानाले असह्य शूल निश्चय निको पर्दछ ।

सर्दीमा

अलिकता भीमसेनी कपूर खाने र केही सँजं गरेमा हृद्दछ ।
सर्दीबाट भएको बन्द नाक पनि खुलाइदिन्छ ।

सर्दीको ज्वरोमा

तुलसीको पात १० ग्राम, मरीच १० ग्राम, पतिना ५ ग्राम, धनियाँ १० ग्राम यी सबै एकत्र गरी ४०० मि. ग्रा. जति पानीमा पकाई जब १०० ग्राम जति रहन्छ, तब १० ग्राम मिश्री मिलाई पिउने (खाने) गर्नाले लाभ गर्दछ ।

सन्निपातको औषधि

घोडटाप्रे (ब्राह्मी), सयपत्रीको फूल, बेलपत्र, तुलसीपत्र, हाडे बदम, दरिया, नखिल, काँक्राको बिजाँ यी सबै समान भाग लिई कुटी-पिसी छानी रस निकाल्नु र दिनमा ४ पटक ३ ३ घण्टामा खान दिनु फाइदा गर्दछ ।

सर्वपीडाहर तेल

सस्युको तेल ६ छटाँक, तारपीनको तेल १ छटाँक, कपूर १ छटाँक, अफिम ३ मासा मिलाएर राख्नु, हरेकको पीडा दर्दमा काम दिन्छ । लाभ गर्दछ ।

सर्प आदि विषालु कीराबाट बच्न

मूलाको (बिउको) झोलमा हात डुवाई बिच्छी अथवा सर्पादि विषालु जन्तु समाते पनि टोक्दैन । बिच्छी आदि जन्तु मूलाको पातको झोलमा हालिदिए मर्दछ । मूला सधैं खाइरहने व्यक्तिलाई बिच्छी आदि जन्तुले टोक्दैन, टोकिहाले पनि विषले असर गर्दैन ।

सर्पले टोकेकोमा जान्नुपर्ने कुराहरू

१. यदि हात गोडामा टोकेको भए टोक्ने बित्तिकै टोकेको

ठाउँभन्दा केही माथि र केही तलतिरपट्टी ३/४ ठाउँमा कुनै कमलो डोरीले बाँध्नु । जसमा कि अरु अङ्गमा-शरिरमा विष संचालन हुन फैलिन नपाओस् ।

२. त्यसपछि टोकेको ठाउँमा होशियारीपूर्वक खिया न लागेको पत्ती वा छुरी (या नयाँ पत्तीले) क्रस X चिह्न पारी चिसी रगत निकालिदिनु ।

(काट्दा नशाको विचार-ख्याल राख्नु, नशा नै काटिएला ?)

३. पाइए पोटास पानीले धुने ।

४. न पाइए गाईको गअँतले धुने, यदि यही पनि न पाइए आफ्नै पिशाबले धुने ।

५. यदि डोरीले बाँध्न मिल्ने ठाउँ छैन भने पनि टोकेको ठाउँवाट तुरुन्त (केही काटेर) रगत निकालिदिने ।

६. टोकेको ठाउँमा तुरुन्त काट्न चिन-रगत फाल्न पाइएन भने १०/१२ मिनेट पछि काटेर फाल्नुमा कुनै औचित्य रहँदैन, बरु हानि गर्न सक्दछ ।

७. सुत्न - निदाउन दिनु हुँदैन । विशेषतः दवाई, पानी वाहेक अरु चीज खान पनि दिनु हुँदैन ।

८. सर्पले टोकेको व्यक्ति (रोगी) आत्तियो भनेर दूध खुवाउनु हुँदैन । के हुन्छ भने सर्पले टोकेको अवस्थामा दूध पनि विष नै बन्दछ रे ।

९. शरीर भित्र डाह किन न होस्, बाहिर शरीर चिसो हुन्छ ।

१०. यदि चानसवश कुनै अष्टयारो (बाँध्न न मिल्ने) ठाउँमा सर्पले टोकेको छ र रगत निकालेर फाल्न मिल्नेको छैन भने, टोक्ने बित्तिकै एक डेड माना तात्तातै (पिशाब गर्दागर्दैको) गोमूर

पियाइदिनाले रोगीको आकस्मिक र प्राथमिक उपचार हुन जानेछ ।

सावधान सर्पले टोकेको अवस्थामा बाहेक अरु बेलामा निस्तापेटमा धेरै मात्रामा गोमूत्र सेवनले मरणासत्र पार्न सक्दछ ।

११. पाइए गाईको वा भैंसीको १० वर्ष पुरानो घिउ टोकेको ठाँउमा लगाउने र खाने गरेमा विष उत्रन्छ र कसै-कसैले संग्रह गरेर राखेका हुन्छन् ।

१२. प्रायः चलन वा बूढा पुरानाहरूको के भनाइ रहेको पाइन्छ भने-कुनै मानिसलाई सर्पले टोक्यो भने मान्छेको शरीरबाट विष नउत्रीकन त्यो सर्प मार्नु हुँदैन, विष न उत्रन सक्छ र ।

१३. परीक्षा- रोगीको अवस्था विचार गर्न (वा विष कतिको फैलिंदै गएको छ भन्ने जान्नको लागि खुर्सानी नीम, वा पिंडालुको बोक्रा ताछेर खान दिनु । विषको अमर ज्यादा भएको रहेछ भने पीरो, तितो वा कोक्याएको अनुभव-स्वाद आउँदैन । विषको प्रभाव ज्यादा न भएको भए पीरो हुने, तितो लाग्ने वा कोक्याउँदछ ।

१४. आध्यात्मिक शास्त्र अन्तर्गत ज्योतिष शास्त्रमा के लेखिएको छ भने - "कृत्तिका, मूल, मघा, विशाखा, अश्लेषा, भरणी र आर्द्रा यी नक्षत्र भएका बेलामा सर्पले टोके गरुडले पनि रक्षा गर्न सक्दैनन्, त्यो अवश्य मर्दछ-" (ज्योतिःसार, मुहूर्त प्रकरण पृष्ठ सं. १००) ।

यो उद्धृत गर्नुको तात्पर्य - यस्तो नक्षत्र परेको बेलामा टोकेकालाई औषधी उपचार न गर्नु भन्ने होइन, किन्तु उद्योग र भाग्य आ-आफूले नै अनुभव यद्वा उपभोग्य छ (आ० सा० ८०) ॥

सर्पले टोकेकोमा केही औषधीहरू

तुलसीपत्रको रस कानमा हालिदिनुका साथै खुवाउनु र तुलसीको जरा पानीमा घोटेर टोकेको ठाउँमा लगाइदिनु, सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- ५ तोला तुलसीपत्रको रस खुवाउनु र तुलसीको जरा नांनीमा पिंधेर लेप जस्तो बनाउनु र टोकेको ठाउँमा लगाइदिनु, (यो लेप सेतो रङ्गको हुन जान्छ) । जब यसले सर्पको विष तान्दछ र कालो हुँदै जान्छ, तब त्यो लेप हटाएर अर्को फेरि बनाएर लेप लगाउनु । यस्ता प्रकारले धेरै पटक लगाउनु सर्पको विष शान्त हुन्छ ।

अथवा- २ तोला तुलसीपत्र र मरीच १०-१५ दाना पिंधेर आधा-आधा घण्टामा खुवाउनु । साथै तुलसीपत्र र तुलसीकै जरो पिंधेर टोकेको ठाउँमा लगाउनु, सर्पको विष शान्त हुन्छ ।

अथवा- कागतीको बिउ (गेडा) ९मासा पिंधी खानाले सम्पूर्ण प्रकारका सर्पका विष नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- आधा तोला दूबोको रस र तीन मासा चामल मसिनो गरी पिंधी मिश्री मिलाई पिउनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- करेलाको रस रोगीलाई पेटभरि खुवाउनु, वमन हुन्छ, फेरि पिलाउनु, एवं रितले वमन बन्द न भएसम्म पिलाइ रहनु । वमन बन्द हुन छाड्यो भने सर्पको विष निखिन्छ भनि जान्नु । करेलाको रस (बाक्लो गरी) लेप जस्तो बनाई घाउमा लगाउँदा पनि लाभ दिन्छ ।

अथवा गुर्जाको गानो १/२ मासा पानीमा पिंधेर पिउनाले वमन भएर सर्पको विष निक्कन्छ ।

अथवा -

सिधेनून र पीपला भरिच ली पिंधी अदूवा यति ।

ध्यू नौनी मह मीसि खानु बसनु चिन्ता न गर्नु रति ॥

अथवा -

चौलानीसित साठिको जड पिए कुहिन्छ सर्पादि विष ।

अथवा १ तोला देखि ५ तोलासम्म धर्जेराको पातको रस पिलाउनु, नाकमा समेत अलिकता हालि नश लिन लगाउनु । टोकेको ठाउँमा पनि लगाइदिनु, सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा नारपतीको पात पिंधेर सबंत बनाई पिउनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- वरको भुण्टा पिंधी लगाउनाले पानीसर्पको विष उत्रन्छ ।

अथवा १०/१२ दाना कागतीको रस मिश्री मिलाई पिउनाले अफिमको विष र सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा २ तोला चरिमिली पिंधेर पानी मिलाई खानु र यही औषधीको लेप टोकेको धाउमा लगाएर बाँधिदिनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा जीरे खुर्सानी अथवा जुनसुकै खुर्सानी भएपनि चन्दन जस्तो मसिनो र बाक्लो पारी टोकेको ठाउँमा लफ्फ लगाई त्यसमाथि तामाको पैसा वा तामाको कुड्का (टुक्रा) त्यही औषधी माथि राखि कपडाले कसिदिनु, जब पीरो हुन लागेको थाहा पाउन लागिन्छ तब मात्र फुकाउनु । विष छड्छेल पियो हुँदैन ।

अथवा सिमलीको जरा, बोक्रा पात पिंधेर चन्दन जस्तो पारी टोकेको ठाउँमा लेप गर्नु; सिमलीकै पातको ताजा रस छनेर रोगीका नाकमा पनि अलिकता हालिदिनु र ३ ४ तोला जराको काढा पनि रोगीलाई पियाउनु । यसले सर्प र बिच्छिको विष समेत नष्ट हुन्छ । अरु जनावरले टोकेकोमा पनि फाइदा गर्दछ ।

सर्पले टोकेर वेहोश भएमा

सर्पले टोकेर मनुष्य मुर्छित भएको छ भने जीरे खुर्सानीको धूलो जिभामा हालिदिनु, न मरेको भए होश खुल्दछ ।

सर्पबाट बचाउमा

नौसादर पानीमा घोलेर घरको वरिपरि छर्कनाले सर्पहरू त्यसको गन्धले आउँदैनन् ।

अथवा ब्रामरीको पात पिसेर पानीमा मिलाई छर्कनाले पनि सर्पहरू आउँदैनन् ।

सुके लुतोमा

शरीरमा गाईको गोबर खूब मल्नु, तातो पानीले स्नान गर्नु, दिव्य देह हुन्छ । फोडा, लुतो, जुासुकै घाउ खटिरा भए पनि निको हुन्छ ।

अथवा ६ मासा मूलाको रस, दस माशा नून, दश तोला तोरीको तेलमा मिलाएर मालिस गर्नु र एक घण्टा पछि नुहाउने गर्नु, सुकेलुतो भागाभाग ।

सुख्खा दादको लागि

सुख्खा दादको लागि बदामको बोक्रा, शीशमको काठ, नरीबलको जटा भित्रको कडा भागको टुक्राको तेल अथवा गहुँको तेल दादमा लगाउनु । यो पनि दादको लागि अत्युत्तम अनुभूत औषधि हो ।

अथवा- एउटा माटाको हाँडीमा यौटा कचौरा राख्नु । त्यो हाँडीको पीधमा प्वाल परेको यौटा अर्को हाँडी राख्नु, प्वालमा केही सिन्का यसरी राख्नु कि त्यसबाट खसेको तेल कचौरामा परोस् । यस हाँडीमा गहुँ भरेर ढाकिदिनु, अनि कपडामा रातो माटो लिपी दुवै हाँडीमा लपेट दिनु । यौटा खाडल खनेर दुवै हाँडीलाई यसरी राख्नु कि तलको हाँडी जमिन मुनि रहोस् । अब माथिबाट हाँडीको

चोरैतिर गुंडठा राखेर चारैतिरबाट आगो लगाइदिनू । यसरी गहुँको तेल कचौरामा खस्दछ । ठण्डा भएपछि निकाल्नु । यदि काम चलाउको लागि थोरै तेल निकाल्नु छ भने यौटा फलामे पन्यू आगोमा तताउनु अलिकति गहुँ ताउमा राखेर माथिबाट तताएको पन्यूले थिच्नु । पन्यूको तातोले ताउमा थोरै गहुँको तेल निस्कन्छ । त्यसलाई दादमा लगाउनु । सुख्खा दादको लागि अमोघ औषधि हो ।

बदामको बोक्राको तेल निकाल्ने विधि

एउटा फराकिलो मुख भएको हाँडीमा बदामको बोक्रा भरेर त्यसमा एक कचौरा राखिदिनू । हाँडीको मुखमा एक तसला राखेर पिठो र माटोले त्यसको मुख बन्द गरेर त्यसलाई आगोमा राखिदिनू र तसलामा पानी भर्दिनू । पानी तातेपछि बदलदै गर्नु, अधिक तातो हुन नपाओस्, पछि खोल्दा कचौरामा टिन्चरको रूपमा रातो रातो जस्तो पानी भरिएको हुन्छ । यो तेल दाद एरजीमा आदि छालाको रोगको लागि राम्रण औषधि हो । यदि हाँडीमा बदामको बोक्रा, शीशमको काठको सानासाना टुक्रा र नरिबलको जराको भित्रको सहो भागको टुक्रा समभाग मिलाएर यही विधिले सबैको तेल निकाल्यो भने झन् बढी लाभदायक सिद्ध हुन्छ । परीक्षा गरेर हेर्नु, औषधि अनुभूत छ ।

अथवा- जङ्गली गोभी (वनगोभी) को पात सस्युँको तेलमा राम्ररी ढक्काउनु र पिनेर राख्नु, दादमा नित्य लगाउनु । वनगोभीको पात दादमा रगड्नाले पनि बढी लाभ हुन्छ ।

अथवा- कलमी सोडा एक भाग, नौसादर दुई भाग, सुहाग चार भाग सबै मिलाएर खल गरी दादमा नित्य लगाउनु । आराम हुन्छ ।

सुन्निने रोगमा

घरिअमिली पानीमा पिँधेर पुल्टिस जस्तो बनाई तात्तातै सूज भएको (सुन्निएको) घाउमा लगाई बाँध्नाले दाह पीडा शान्त हुनुका साथै सूज पनि निको हुन्छ ।

अथवा- १ पाउ सिमलीको पात दगल्याई कटुनु, माटाका भाँडामा हाल्नु, मुख छोपिदिनु, मन्द आगोमा गुम्याउनु, भित्रको पात पाकेपछि बिको उघार्नु (झिक्नु), त्यो पात निकाली तान्नातै सुनिएका ठाउँमा राखी तुरुन्त बाँधिदिनु, ४ घण्टा पछि त्यो खोलेर अर्को पात राखि बाँधिदिनु । यसो गर्ने गर्नाले जस्तै सूज (सुन्निएको) भएको भए पनि निको हुन्छ । हात गोडा मर्केमा पनि सोहि सरह बाँधिदिनु ठिक हुन्छ । पुराना सूजमा पनि धेरै दिन गर्नु पर्ने अवस्था छ भने जुलाब गराएर मात्र औषधि प्रयोग गर्नु, बीच बिचमा पनि जुलाब गराउँदै जानु, आराम हुन्छ ।

सुत्केरी रोगमा

१ तोला सिमलीको पातको काढा बनाएर पिउने गर्नाले सुत्केरीको ज्वरो नष्ट हुन्छ । गर्भाशयको संकोचन हुन्छ, भित्रको मैलो धैलो निस्कन्छ र सफा हुन्छ । गर्भाशयभित्र पाटेघरको सूज पनि पनि नष्ट हुन्छ । प्रसुती अवस्थाको श्राव हटाउँछ । घाउ भरिदिन्छ । घाउभएको पनि निको हुन्छ ।

सुत्केरीको तागत बढाउनमा

५ तोला धजेंराको फूल, ५ तोला घिउमा भुटेको सालीधानको चामलको पीठो र घ्यूमा भुटेको गहुँको पीठो ५ तोला मिलाई दूधमा खूब पकाउनु, अनि आधा पाउ मिश्रीको चास्नी बनाई (मिलाई)

त्यसैको ३१ ओटा लड्डु बनाउनु । १/१ ओटा लड्डु बिहान बेलुका दूधसँग खाने गर्नाले मासिक धर्म, रगत खराब, सूतिका, वायु आदि सबै रोग नष्ट भई छिट्टै खूब तागत आउँछ ।

सेतो र कालो दागमा

मुखमा वा अरू ठाउँमा भएको दागमा चूक, अमिलो वा पानीमा नून घोटेर राती लेप गर्नु र भोजनको पहिलो गाँसमा नून खाएर अनि भोजन गर्नु, विस्तारै दाग हराउँदै जान्छ ।

अथवा- राती मुखमा घ्यू घसेर सुत्नु र बिहान मनतातो पानीले मुख धुने गर्नु ।

अथवा- राती सुत्ने बेलामा मुखमा मह घसेर सुत्ने गर्नु र बिहान ठण्डा पानी र साबुनले धुनु, यसरी केही दिनसम्म प्रयोग गर्ने गर्नाले केही दिनमा मुख सुन्दर हुँदै जान्छ ।

सेतो आउँको औषधि

अमली सूप १ छटाँक, काँचो सूप १ छटाँक, काँचो जीरा १ छटाँक, दालचिनी १ छटाँक मिलाएर तामाका भाँडामा भुटी, पिसी, छानी सिसीमा राख्नु, आवश्यक परेको बेलामा ११/१ तोलाको मात्रा गरी ४ पटक तातो पानीसँग सेवन गर्ने गर्नु । ५-६ दिन सम्ममा नियमित खाए रोग निको हुन्छ ।

पथ्य काँचो केराको तर्कारी भोहीसित खानु, पुरानो चामलको भात खानु ।

सैन खटिरो भएमा

यो एक प्रकारको खटिरा हो । यसबाट विषालु पानी

निक्लीरहन्छ । त्यो पानी जहाँ लाग्दछ त्यो ठाउँ पनि पाक्छ । घाउको आसपासमा चालनी जस्तो छिदै छिद्र हुन्छ, घाउ पाक्न बढ्दै जान्छ । यसको लागि एक छटाक सिसा फलामको डाडूमा पगालेर त्यसमा तीन तोला पासे राखेर कुनै भाँडामा राख्नु; जब ठण्डा हुन्छ अनि एक छटाक गन्धकसँग मसिनो गरी पिनी यस चूर्णलाई सस्यूको तेलमा मिलाएर लगाउनाले श्येन खटिरा आराम हुन्छ ।

अथवा- विषालु पानी आउने श्येन खटिरामा डुम्री दहीको पानीमा मसिनो गरी घिसी त्यसको लेप गर्नु, जब सुक्दछ अनि फेरि लेप गर्नु । यो लेप पोल्दछ तर दुखेको सहनु, न हडबडाउनु आराम हुन्छ ।

नाडीव्रण र भगंदरको लागि युवक मरेको मानिसको खप्परको भस्म व्रण (खत) को भित्रसम्म लगाउनु, भगंदरको माथि लगाउनु ।

आधा पाउ सिमालीको रसमा १ पाउ तिलको तेल हाली पकाउनु, तेलमात्र बाँकी रहेपछि यो तेल जुनसुकै घाउ खटिरोमा प्रयोग गरे पनि हुन्छ । सैन खटिरो समेत निको हुन्छ ।

अथवा- सर्पको काँचुली बालेर खरानी बनाउने र बरको दूध मिलाएर घाउमा भरिदिने गरेमा सैन पल्टेको घाउ आराम हुन्छ ।

संग्रहणीमा

बेलपत्र ६ मासा, विरेनून २ मासा, मरीच १ मासा, १ पाउ पानीमा मिलाएर पिउने गर्नाले संग्रहणी रोग नाश हुनुका साथै हात पाउ पोल्ने, वाथरोग, वमन आउनु आदि रोगहरू नाश हुन्छन् ।

अथवा आधा सेर मोही र खरबुजाको बीज १ तोला पिसेर मिलाएर ४० दिनसम्म खाने गरेमा निको हुन्छ ।

स्वप्नदोषमा

प्रत्येक दिन चिसो पानीले नुहाउने र व्यायाम गर्ने, शुद्ध शिलाजित आधा आधा ग्राम त्रिफलाचूर्णसँग खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ ।

अथवा- त्रिफला, बोझो, गुड र चाकु समभाग मिलाएर सानो सानो गोली बनाउनु र १/१ गोली चिसो पानीसँग बिहान बेलुका खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ ।

अथवा- बनतुलसीको वीउ कुटेर बिहान बेलुका १/१ चम्चा चिसो पानीसँग खाने गरेमा स्वप्नदोष हुनबाट बचाउँछ ।

अथवा- प्रत्येक दिन चिसो पानीले नुहाउने र व्यायाम गर्ने, शुद्ध सिलाजित आधा आधा ग्राम त्रिफलाचूर्णसँग खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ ।

अथवा त्रिफला, बोझो, गुड र चाकू बराबर मिलाएर सानो सानो गोली बनाउने र १ १ गोली चिसो पानीसँग बिहान बेलुका खानाले स्वप्नदोष हुन बन्द हुन्छ । स्वप्नदोष हुने रोग छ भने वन-तुलसीको वीउ कुटेर बिहान बेलुका १-१ चम्चा चिसो पानीसँग खाने गरेमा स्वप्नदोष हुनबाट बचाउँछ ।

स्तन साहारो गर्नु परेमा

तिलको तेल, दूध, घिउ, आँकको दूध, कालिकवैको रस, सुन्तलाको जराको रस, हल्लेदाको रस, जामुनाको मुन्टाको रस एती एकत्र गरी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, जब खोटो जस्तो बन्दछ, तब उतारी लेप लगाउनु स्तन साहारो हुन्छ ।

अथवा बरको दाही पिंथी पानीमा मिलाई स्तनमा लेप गर्नाले स्त्रीजातिको स्तन कठोर-सारो हुन्छ ।

अथवा- माजुफल, जाइफल खूब मैदागरी पिसी गाईका घीउसँग मिलाइ स्तनमा लगाउनु, साहारो हुनेछ ।

अथवा- दारिमको बोक्रा खूब मसिनो गरी पिसी तोरीको तेलमा पकाउनु र स्तनमा लगाउनु साहारो हुनेछ ।

अथवा - गैंडाको बोसो, कालो सर्पको बोसो एति सम गरी पिसी स्तनमा लगाउनु साहारो होइजान्छ ।

स्त्रीको छोप्ने व्यथामा

सुन्तलाको फूलको अर्क पिउने गर्नाले स्नायूभिन्नको रोग, अँठन र हिस्टेरिया समेत नष्ट हुन्छ ।

स्त्रीको श्वेत प्रदरमा

वंशलोचन, नागकेशर, कपूर सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चोलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेत प्रदर रोग ठिक हुन्छ ।

स्त्रीको दूध कम आएमा

हरियो सागपात, दूध, झोल पदार्थ र काँचो मेवाको तरकारी खाने गरेमा सुत्केरीहरूको दूध बढ्न थाल्छ ।

स्त्रीको रज खोल्लु परेमा

मूलाको बिउ ६ मासा, पुरानो शखर २ तोला, १ माना पानीमा पकाउनु, आधा बाँकी रहेपछि तात्तार्ने पिउनु, ३/४ दिन प्रत्येक दिन खालिपेटमा त्यसरी नै खानु; मासिकधर्म ठिक हुन्छ ।

अथवा - १ मासा नून र ६ मासा मूलाको बिउ पिसेर तातोपानीसँग खानु, रजोधर्म ठिक हुन्छ ।

स्त्रीको महिनावारी हुँदा कष्ट भएमा

स्त्रीहरूलाई महिनावारी हुँदा कुनै कष्टभएमा तुलसीको रस खाने गर्नाले त्यस्तो रोग हुनबाट बचाउँछ ।

स्त्रीको योनी पोलेमा

अमलाको रसमा मिश्री मिसाएर खाने गरेमा योनी पोल्ने रोग ठीक हुन्छ । भित्रैदेखि पोलेको छ भने घोटताप्रेको रस र मिश्री मिलाएर खाने गरेमा त्यस्तो रोगीलाई फाइदा पुऱ्याउँछ ।

स्त्रीजातीको रज ज्यादा गएमा

चुत्रोको खोटो बनाई, जति यो खोटो छ त्यत्तिकै मात्रा बाख्रीको दूध पनि मिलाई खोटो तयार बनाउनु । यो खोटो लोड्डेको जराको रससित ४ ४ घण्टामा खान दिनु, ठीक गर्दछ ।

स्त्रीको योनीबाट आङ निक्लिएकोमा

कालो जिरा र तोरीको तेल आगोको कोइलामा हाली धूवाँ लगाई रुमालले सेक्नु र आधा घण्टा पछि विस्तारै ठेलिदिनु, २ हप्तासम्म यस्तै प्रकारले गर्दै रहेमा र अशोकारिष्ट वा दशमूलारिष्ट खानु । ३ महिनासम्म संभोगबाट बच्नु, परिश्रम न गर्नु, निको हुन्छ, शंका मात्रु पर्दैन, २०/२२ से वैँस आउने छ ।

स्त्रीको योनी ठूलो गर्नुपरेमा

कमलगट्टा, निलोत्पल, कदम्ब, विजयसार र नेत्रबला यी सबैलाई चूर्ण गरी कपडछान गर्नु र महमा मिलाई ३/४ दिनसम्म योनीमा लेप गर्ने गर्नाले एकदम फराकिलो (ठूलो) हुनेछ ।

स्त्रीको योनी साँधुरो गर्नुपरेमा

भाङ मसिनो पिंधेर मसिनो टालोमा पोको पारी योनीमा राख्ने गर्नाले साँधुरो हुनेछ ।

अथवा भेण्टा सुकाएर चूर्ण पार्नु र योनीमा लगाउनु, साँधुरो हुन्छ ।

अथवा बकाइनुको रूखको बोक्राको चूर्ण पानीमा पिसी योनीमा लेप लगाउनाले उपरोक्त लाभ गर्दछ ।

अथवा मोचरसलाई पिसी छानी, ३/४ घण्टा तक योनीमा राख्ने(लगाउने) गर्नाले १०/१२ पल्ट बच्चा जन्माइसकेकी आइमाई भए पनि त्यसको योनी साँधुरो हुनेछ ।

अथवा लोथ र तोराई बराबर भाग लिएर पिस्नु र योनीमा लेप लगाउने गर्नाले ।

अथवा- बेतको बोक्राको क्वाथ योनीमा लगाउनाले,

अथवा- मुसाको चर्बी (चिष्टी) पिसेर योनीमा लेप लगाउने गर्नाले शिथिल योनी साँधुरो हुनेछ ।

अथवा- खोइ्रो, नीलकमल, कूट, मरीच, अस्वगन्ध र बेसार यी सबै एकत्र गरी पानीमा खूब मैदा गरी पिसी योनीमा लेप लगाउने गर्नाले साँधुरो हुन्छ ।

अथवा पलाँशको बीज, गुलर तिलको तेलमा लेप गर्नाले उत्तम दृढ हुन्छ ।

अथवा- मेनफल, मह र कपूर यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी योनीमा लगाउनाले शिथिल भएको योनी अत्यन्त दृढ हुन्छ ।

अथवा- मैनफल, मुलेटी, कपूर यी तीन चिजलाई खूब मसिनो गरी पिंधेर छात्रु, अनि राती सुत्ने बेलामा योनिभिन्न राखिदिनु त खूब संकोचन हुन्छ ।

अथवा- फिट्किरीलाई थोरै पानी पिसी लगाउने गर्नाले योनी संकोचन हुन्छ ।

अथवा- दहीको पानीले धुनु ।

अथवा- माजुफल, भुटेको फिट्किरी र संगजराहतको चूर्णलाई योनी भित्र राख्ने गर्नाले खूब साँधुरो हुनेछ ।

अथवा- छोटीमाई, माजुफल, ठूलो हर्षी, कपूर, समुद्रफल र फिट्किरी यी सबैलाई २-२ ग्रामजति लिएर चूर्ण पारी पुनः पानीमा खूब मसिनो गरी पिंधेर योनीमा लगाउने गर्नाले संकोचन हुन्छ ।

अथवा- पलाँशको कोपिला सुकाएर पिसेर पाउडर जस्तो बनाउनु र त्यत्तिकै मात्रामा शक्कर मिलाई एक सप्ताहसम्म १ तोलाका दरले खालीपेटमा दूधसँग खाने गर्नाले योनी साँधुरो हुन्छ ।

अथवा- आँकको जरोलाई धोई पखाली गरी स्वीले आफ्नू पिशाबमा पिसी योनीमा बाक्लो गरी केहि दिनसम्म लगाउने गर्नाले खूब संकोचन हुन्छ ।

अथवा- अमिलीको बीजलाई खूब मसिनो गरी पिसी कपडछान गरी पानीमा पकाउनु । जब खोटो जस्तो हुन्छ, तब उतारेर राख्नु, आवश्यकतामा योनीमा लगाउने गर्नाले खूब साँधुरो हुनेछ ।

अथवा- पलाँशको चोपलाई आफूलाई उपयुक्त हुने कि सिमको बत्ती जस्तो बनाई योनी भित्र राख्नेगर्नाले केही हप्तामा नै साँधुरो हुनेछ ।

अथवा- 'कामिनीसंकोचनपाउडर' यो पाउडर १५, २० दिनसम्म प्रत्येकदिन बेलुका सुत्ने बेलामा योनीमा लगाउने गर्नाले १०/१२ बेत बच्चा पाएको स्त्री भएपनि तरुणीको जस्तो साँघुरो हुनेछ ।

नोट - यसमा लेखिएका कुनै पनि औषधीहरूबाट पूरा लाभ लिन चाहेमा कमिमा पनि २०-२२ दिन लगातार प्रयोग गरेमा आशातीत लाभ लिन अवश्य सकिनेछ । साथै औषधी प्रयोग गरुन्जेल पति-पत्नीले परहेज गर्नु आवश्यक छ ।

स्त्रीलाई सम्भोग इच्छा बढाउनमा

सुपारीपाक १/१ चम्चा बिहान बेलुका दूधसँग खाने, दशमूलारिष्ट ४/४ चम्चा दूधसित वा बराबर पानी मिलाएर र शुद्ध (सोधित) शिलाजित आधा ग्राम मनतातो पानीसँग खाने गर्नाले स्त्रीहरूलाई सम्भोग इच्छा एकदम बढेर आउँछ । विधवा स्त्री र आफ्नो लोग्ने घरमा न हुनेवालाहरूले सेवन न गर्नु ।

हाड भाँचिएमा

महमा कपडा भिजाएर भाँचिएको ठाउँमा काभ्रो बाँधिदिनु र ३ तोला जति मह पनि रोगीलाई केही दिनसम्म (यो एक मात्र हो) ख्वाइरहने गर्नाले भाँचिएको हाड जोरिन्छ र आराम हुन्छ ।

अथवा- १ माना गाईको दूध, १ तोला मुनक्का दाख, दुई ओटा छोहोडा, ३ मासा जेठी मधु पकाएर त्यसमा २ तोला घ्यू र १ मासा काँचो लाहा पिँधेर हाल्नु र ठण्डा भएपछि पिउनु, चोट पटक र

१. यो पाउडर हामीकहाँबाट पाउन सकिन्छ । इच्छा र आवश्यक परे संपर्क गर्नुहोला । -सम्पादक

हाड भाँचिएको समेतमा अत्यन्त उपयोगी छ । काँचो दूधको फिन आँखामा राख्नु, आँखाको लागि पनि अत्यन्त उपयोगी छ ।

अथवा- 'लाक्षादि गुग्गुलु' (आयुर्वेदिक औषधी) यो औषधीले सङ्के-मर्केको र हड्डीमा चोट-पटक लागेको र शरीरको कुनै पनि भागहरू सुन्निएको दुखेकोमा ठीक गर्दछ ।

मात्रा- रोगीको अवस्था हेरी २/२ गोली ३ टायमसम्म खाउन सकिन्छ । मह या दूधसँग वा तातो पानीसँग सेवन गर्नु । (६-७ दिन वा १२-१३ दिनसम्म या रोगी ठिक न हुँदासम्म खाउनु) ।

अथवा -

भैंचम्पा, हरचूर, मास लहरी, चिप्ल्याजरो कूटनु रातो माटि मिसी पकाइ दिनु लेप् जोरिन्छ हाड बूझ्नु । गाईका दूधसित पीउनु मिमे मागेर रायो जति नीको हुन्छ थरीथरी गरि कहें ज्यादा बताऊँ कति ? ॥

अथवा -

हरो भो, अमला, सुठो, बयरको बोक्रो र बरौ सरी तोलाको समभाग पारि कुटनु, गुग्गूल पाँचै भरी । दुई टंक ततायको दुधमहाँ यो खानु पन्ध्र दिन फुक्लेका कुहुना घुँडाहरु पनि जोरिन्छ रुन्छौ किन ? ॥ बोक्रो कूटि बयेरको मह मिसी खानू महिना भरी नीको हुन्छ लडेर मक्मकियको ज्यू हुन्छ बज्रै सरी । की ता प्याज कुटेर लाउनु सधैं नीको भयो लौ भनी लेप् दीनू मजिठो मिसेर महुवा नाश हुन्छ यस्ले पनि ॥

हात पाउ जलन भएमा

कागतीको रस आधा पाउ, मिश्री १ तोला, मरीचको धूलो २ मासा (२५० मि. ग्रा.) पानीमा मिलाई पिउने गर्नाले हात खुट्टाको जलन, पित्तज्वर नाश हुन्छ । टाउको दुख्ने अरुचीमा समेत लाभ गर्दछ ।

हात गोडा वा जोर्नी दुखेमा

५ मासा सिमलीको रस, ३ मासा भृङ्गीराजको रस, ३ मासा तुलसीको पातको रसमा १ मासा ज्वानोको धूलो मिलाई खानाले सन्धि बाथ (त) नष्ट हुन्छ । आमवात पनि नष्ट हुन्छ । सबै प्रकारको शूल पनि नष्ट हुन्छ ।

हिक्कानाशक उपाय

हिक्का भयंकर तूलो रोग हो । ज्वरोमा हिक्का चल्यो ज्यादै खराब लक्षण हो । श्वास र हिक्काले मनुष्यको प्राण ज्यादै छिटो नाश गर्दछ । बास्राको दूधमा ६ मासा सुठो हालेर पकाउनु र त्यो दूध रोगीलाई पियाउनु, यसले हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- मुलहठी महमा मिलाएर सुँघाउनु या पिपलाको चूर्ण चिनीमा मिलाएर सुँघाउनु या सुठो चाकुमा मिलाएर नस दिनु या नाकमा हिँगको धूवाँ दिनु या हिँग र मास पिनेर विना धूवाँको दूधको आगोमा राखेर धूवाँ दिनाले निश्चय सबै प्रकारको हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- स्त्रीको दूधको नस लिनाले, विना धूवाँको आगामा हलेदो र मासको दूर्ण चिलिममा हालेर तात्राले, मुजुरको प्वाँखको

खरानी २-३ लाल महमा मिलाएर चाट्नाले धेरै बढेको हिक्का पनि शान्त हुन्छ ।

छिउँकेझग माडेर नश हाल्नाले (लिनाले) हिक्का आराम हुन्छ । घाँटी भित्रको कफ पनि नष्ट हुन्छ । सुख्खा ख्याँ-ख्याँ खोक्ने खोकी पनि नष्ट हुन्छ । बाधले जकडिएको भए पनि ठिक गर्दछ ।

अथवा- ५ तोला विमिराको रसमा ६ मासा मह र ३ मासा बिरेनून मिलाई खानाले हिक्का बाडुकी निको हुन्छ ।

अथवा २ तोला विमिराको रसमा ३ मासा सिधेनून हाली खानु, हिक्का निको हुन्छ ।

अथवा मह १ रत्ति, हलेदाको धूलो अलिकति मिलाई खानाले हिक्का र वान्ता कम हुन्छ ।

हिचकी (बाडुकी) र मूर्च्छा

पाँच/सात ओटा खुर्सानी कुनै थागामा उनेर आगोमा केही डढाई नाकमा धुर्वाँ दिनु ।

अथवा- पहाडिया कागतीको रस २ तोलामा ६ मासा मह र ३ मासा बिरेनून मिलाएर खाने गर्नाले हिचकी आराम हुन्छ ।

अथवा- (१ पाउ) २५० मि. ग्रा. बाख्रीको दूधमा २ तोला सुठो र १ सेर पानी हालेर पकाउनु, जब खोटो जस्तो हुन जान्छ यद्वा दूध जति रहन्छ तब उतारेर खाने गर्नाले हिचकी आराम हुन्छ ।

अथवा- सुठो, पिपला र अमलाको चूर्ण महमा मिलाएर खाने गर्नाले हिचकी विसेक हुन्छ ।

अथवा मयूरको प्वाँख डढाएर यो खरानी २ रत्ति, ६ मासा महमा फेटेर खानाले निको हुन्छ ।

अथवा ६ मासा घिउकुमारीको गुदीमा १ मासा सुठो पिसेर खानाले तत्काल आराम मिल्दछ ।

अथवा - अलैंचीको धूलो र चिनी मिलाएर खानाले यो रोग निको हुन्छ ।

अथवा केराको जरो राम्रोसँग धोएर चिनी मिलाएर खानु आराम हुन्छ ।

अथवा हर्रोको चूर्ण तातो पानीसँग खानु ।

अथवा मुलेठी पिसेर महसँग खानु ।

अथवा - तात्तातै गाईको दूध पिउनु ।

अथवा - तात्तातै भात र तातै घिउ मिसाएर खानु ।

अथवा २ मासा पतिना र २ मासा चिनी मिलाएर खानु ।

अथवा चना या अरहरको बोक्रा चिलिममा राखेर धूवाँ खानाले पनि आराम मिल्दछ ।

हैजा विसूचिका

यस रोगको प्रायः तीन अवस्था हुन्छ- पहिला अवस्थामा रोग हुने बित्तिकै जीउ दुख्ने, छटपटी हुने, बारम्बार दिसा हुने र वमन हुने हुन्छ । आरंभमा एक दुई पटक दिसा हुन्छ । वमनबाट खाए पिएको निस्कन्छ । यसपछि पानी समान वमन र चौलानी जस्तो सफेद पातलो दिसा हुन्छ । दोस्रो अवस्थामा केही दिसा वमन भएपछि पेट पोल्न थाल्दछ, प्यास बढ्दछ, पिसाब बन्द हुन्छ, नाडीको गति मंद हुन्छ । घरि-घरि बेहोसीपन हुन्छ । तेस्रो अवस्थामा रोगी बेहोस हुन्छ । संज्ञा नाश हुन्छ, मानिसलाई चिन्दैन, हातगोडा चीसो हुन्छ, आँखा गाडिन्छ । ओठ नीलो हुन्छ, हात गोडा घटारिन्छ, हिक्का आउन थाल्दछ ।

पिसाब एक दम बन्द हुन्छ । प्यास ज्यादा बढ्दछ । रोगी प्रलाप गर्न थाल्दछ, शरीर तथा श्वास चीसो हुन्छ, बेहोसबाट होस हुन्छ र रोगी मर्दछ ।

हैजानाशक उपाय

अर्क कपूर, रेक्टिफाइड स्पिरिट १२ औंस, कपूर २॥ औंस अजवायनको फूल (सत्व) एक औंस, पिपरमेन्टको फूल (सत्व) एक औंस, पहिले कपूरलाई स्पिरिटमा घोल्नु, अनि अजवायन र पिपरमेन्ट मिलाएर राम्ररी घोल्नु र अनि कर्क बन्दशीशीमा राख्नु । यसको सेवनले हैजा, दिसा, वमन, दाँतको पीडा, विषालु जानवर बिच्छी अरिगाल आदिले टोकेको विष तत्कालै शान्त हुन्छ । हैजामा जवान व्यक्तिलाई दिसा-वमन शुरू हुने बित्तिकै ८-१० थोपा अर्क खान दिनु । जबसम्म बन्द हुँदैन १-२ घण्टामा यही मात्रामा दिँदै रहनु, जब रोग घट्छ औषधीको मात्रा पनि घटाउनु (ढीला दिनु) । १२-१४ वर्षको बालकलाई ४-५ थोपा दिनु । ज्यादा सानो बालकलाई २-३ थोपा दिनु । यसको मात्रा २ देखि १० थोपासम्म हो । स्त्रीलाई पनि कम दिनु । दाँतको पीडामा कपासमा लगाएर दाँतमा राखिदिनु । ३-४ घटक लगाउनाले धेरै दुखेको पनि शान्त हुन्छ । अर्क कपूर दिएपछि रोगीलाई कमसेकम आधा घण्टासम्म पानी न दिनु । यसपछि अलिअलि दिनु । यो अर्क कपूर एकदम प्रभावशाली छ ।

अथवा- लसून, सफेद जीरा, शुद्ध गंधक, सूठो, मरीच, पीपल, भुटेको हींग अरू सबै चीज दुई तोला र हींग १ तोला सबै कुटेर छानेर फेरि खलमा हाली कागतीको रस हाली ७ दिनसम्म घोटेर चना समान गोली बनाउनु । तातो पानीको अनुपानमा जवान मानिसलाई ४-५ गोली बालक, कमजोरलाई कम खान दिनु । हैजा र अजीर्णको पहिलो अवस्थामा यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- अपामार्गको ठोस गंगीपा पिनेर पिउनाले शूल र हैजा ठीक हुन्छ ।

अथवा- दरयाड नरियल पानीमा या गुलाफ जलमा घोटेर थोरै थोरै पियाउनाले हैजा, दिसा, भजन आराम हुन्छ ।

अथवा- अर्कको जहोको घोल २ तोला, अदुवाको रस दुई तोला, मरीच ६ मासा तीसै र्ग पानीमा घोटेर एक एक मटर केराउ समान गोली बनाउनु र खानासँग खाउनु । प्रत्येक घण्टामा एक एक गोली रोगीलाई पानीसँग दिनु । हैजा र ज्वरको लागि रामबाण छ ।

हैजामा पेटको पीडा नाश

मूसाको लिँड एक तोला, मूँय एक तोला, मुसुरो पना बराबर हींग पानीमा पिनेर तताई पेटमा लेप गर्नु । पेटको पीडा, गर्भाशयको वेदना आदि आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो, मरीच, फिनी, सिधेनून, सबैको ठड दुई मासा पानीमा पिनेर पेटमा लेप गर्नु, शूल आदिमा आराम गर्नछ ।

हैजामा प्यास शान्ति

पानीमा ल्याँग हालेर पकाउनु । आधा पानी सुकेपछि झिकी चिसो बनाउनु । यो पानी पिउनाले प्यास, जीठ दुख्नु, हृदय पीडा र प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- जाइफलको काँडा बनाएर ठण्डा गरी थोरै पिउनाले हैजाको प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- शीतलचिनी (कवाब चिनी) मसिनो गरी पिस्नु, रोगीले पानी मागेको बखत एक चिम्टी चूर्ण मुखमा हालेर एक

घूट्को पानी पियाउनु, यसले प्यास कम गर्दछ, पिसाब पनि खुल्दछ ।

हैजामा वमन नाश गर्ने

मुजुरको प्वाँखको भस्म बनाउनु, २-३ लाल भस्म मह र पिपलामा मिलाएर खानु वमन रोकिन्छ

हैजामा हातगोडा फर्कने

यसलाई हटाउनको लागि रोगीलाई गर्मी ठाउँमा राख्नु र गरम कपडा लगाउनु । सरस्यूको तेलमा कूट र सिधेनूनको चूर्ण मिलाएर हात गोडामा मालीस गर्नु । यसले हात गोडामा ताप आउँछ ।

हैजामा पिसाब हुने उपाय

सोडा (सुरा) दुई तोला पानीमा पिनेर एक सफा कपडाको पट्टी त्यस पानीमा डुबाएर शनिभन्दा मुनि पेटमा राख्नु पिसाब हुन्छ । तर यदि आधा घण्टासम्म पिसाब भएन भने दोस्रो ताजा पट्टी त्यस सोडामा पानी भिजाएर राखिदिनु, अवश्य पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- मुसाको लिङ्गमा थोरै कलमी सोडा मिलाएर पानी सँग पिसी नाभिभन्दा तल पेटमा गाढा लेप गरिदिनु । यसले अवश्य पिसाब खुल्दछ ।

हैजामा हिक्का नाश गर्ने उपाय

केराको जरो कुटेर कपडामा राखी निचोरी रस निकाल्नु । यो रस सुँघ्नाले हिक्का बन्द हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून पानीमा वा घिउमा पिनेर सुँघ्नाले वा मुजुरको

घाँखको भस्म ३ भासा महमा मिलाएर खानाले अथवा सूठोलाई सख्खर मिलाएर सुँघ्नाले द्विक्का बन्द हुन्छ ।

हैजामा अधिक पसिना नाश गर्ने उपाय

गहतलाई पित्रु र पसिना आउने ठाउँमा मल्लु, पसीना आउने बन्द हुन्छ ।

अथवा- भुटेको सूठो पिसेर सिधेनून मिलाई भुटेको गहत पनि मिलाई शरीरमा मल्लाले सन्निपात र हैजाको पसिना बन्द हुन्छ । कपूर सुँघ्नाले र सधैं साथमा राख्नाले हैजाको भय हुँदैन ।

हैजाको प्यासमा

जाइफलको काढा पकाएर खानु ।

अथवा प्याजको रस १/१ घण्टामा ६/६ भासाको मात्राले खानु फाइदा गर्दछ ।

अथवा २ तोला सिधेनून, १ पाथि पानीमा मिलाउनु र आगोमा पकाउनु, ४ माना जति बाँकी रहेपछि त्यसमा ३ भास कागतीको रस हालेर माटाको भाँडामा राखी यही पानी बेल्ला बेलामा पिउनु (पिवाउनु) हैजाको प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा कागतीको रस १ तोला, आधा रत्ति अफिम, मिश्री ३ तोला, आधा माना पानीमा मिलाएर पिउनु, प्यास दाह र छातीमा दुकदुकीको प्रकोप आराम हुन्छ । केही न पाइए कागतीको रसले मात्रै पनि फाइदा गर्दछ ।

हैजाको औषधी

अफिम आधा भासा, कागतीको रस १ तोला, मिश्री ३ तोला,

एकत्र गरी पिसी १ चौथाई जति पानीमा मिलाई पिउनाले हैजामा फाइदा गर्दछ । छातीको घड्कन ठिक हुनुका साथै प्यास र जलनमा पनि लाभ गर्दछ ।

अथवा अफिम, जाइफल, अलैंची, ल्वाङ पिसेर जम्मा गरी तातो पानीसँग केही दिनसम्म खाने गर्नाले हैजा शान्त हुन्छ ।

अथवा वरको दूध नाभीमा भरिदिनाले (नाभीको वरिपरि लगाइदिनाले) फाइदा गर्दछ ।

अथवा आँपको बोटोको दही पानीमा पिसेर नाभीको वरिपरि लगाउनाले पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा अलैंची अलि अलि पिसेर पानी राखी पकाउनु, दिनको २ मात्रा गरी त्यो पानी पिउने गर्नाले हैजा र (हैजाको) वमनमा फाइदा गर्दछ ।

अथवा ज्वानो र कपूर खान दिएमा हैजा ठिक हुन्छ ।

अथवा प्याजको रस र अदुवाको रस बराबर मिलाएर १/२ घण्टा बिराएर २/४ चम्चा खुवाउने गरेमा हैजा ठिक हुन्छ ।

हैजा लागेको व्यक्तिलाई ज्वानो र (खाने) कपूर पिसेर तातो पानीसँग खान दिएमा हैजा ठीक हुन्छ ।

क्षयरोगमा

सिधेनून ४ तोला, आँकका दुधमा फिटेर सुकाउनु, १ मासाको मात्रा गरी बिहान बेलुका खाने गर्नाले क्षय र क्षय रोगसम्बन्धी खोकी र अरू खोकी निको हुन्छ ।

अथवा - कुभिण्डोको रसमा २ लाल काँचो लाहा मिलाई १/१ तोलाको दरले खाने गरेमा क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अस्वगन्ध र पिपलाको चूर्णमा मह मिलाएर खानाले क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- दिनमा ४ पटक मुनक्क या अंगुरको रक्सी खानाले पनि यक्ष्मा रोग सञ्चो हुन्छ ।

अथवा महुवाको रक्सीले पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा गाईको ताजा घिउ ६ मासा, मह ४ मासा, मिश्री ३ मासा र सुवर्णभष्म १ रत्ति यी सबैलाई मिलाएर खानाले क्षयरोग निको हुन्छ ।

अथवा बाख्रीको घिउ, बाख्रीकै दूधमा पकाएर त्यसमा पिपलको बोक्रा या मुन्टाको धूलो र गुड मिलाएर खाने गर्नाले क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- यी तल लेखिएका आयुर्वेदिक औषधीहरू मध्ये कुनै एक या दुई औषधी सेवन अन्य औषधी का साथ गर्नाले क्षयरोगमा लाभ गर्दछ-

सितोपलादि चूर्ण, वासावलेह, लवंगादि चूर्ण, जातिफलादि चूर्ण, द्राक्षारिष्ट, द्राक्षासव, च्यवनप्राश अवलेह, वसन्तमालती रस, कुमुदेश्वर रस जयमंगला रस इत्यादि ।



नाडी विज्ञान

(नाडीको चालबाट रोगीको मृत्यु विज्ञान)

एक महिना भित्रमा मर्ने व्यक्तिको नाडीको लक्षण

यदि धेरै पुरानो रोगी अत्यन्त क्षीण भएको छ भने, अथवा केही कारणले मोटाओस्, उसको नाडी पातली भै जुकाको जस्तो चिप्लो, धैर्य वक्रगतिले हिँड्छे भने, मोटी भई सर्प जस्तै कठिन भई, तेजिली, वक्रगतिले चल्दछे भने, क्षीण यद्वा सूक्ष्म या अदृश्य भई भने जुन दिनदेखि यस्तो नाडी हुन्छे, त्यस्तो भएको १ महिना भित्रमा या दोश्रो महिना लाग्दै त्यसको मृत्यु हुनसक्दछ ।

पन्ध्र दिनसम्म बाँच्ने सूचना दिने नाडीको लक्षण

जसको शरीर शीतल-ठण्डा भएको छ, मुखबाट घरि-घरि श्वास चल्दछ, नाडी अत्यन्त ताती (जलाउँछे जस्तै) भएर तीव्रगतिले चल्दछे भने त्यसको जीवन १५ दिनतक रहन्छ भनेर नाडी विज्ञानको विशेषज्ञहरूले भनेका छन् ।

सातदिन भित्रमा मर्ने सूचना दिने नाडीको लक्षण

यदि रोगीको नाडी चोरी अङ्गुलीका फेदमा तीव्रगतिले बहन्छे, कहिले - कहिले ठण्डापनकी भएकी छ भने, पसिना चिप्ला-चिप्ला छप्छपी भएर यदि आउँछन् भने त्यो रोगी सात दिनभन्दा बढ्ता बाँच्दैन ।

अथवा हात माथितिर पसारेर उठाउँदा पनि नाडीको गति बिजुलीको गतिकै समान बेगवाली भएकी छ भने त्यो मनुष्यको मृत्यु ७ दिन भित्रमा हुन्छ ।

अथवा रोगीको नाडी केही क्षण बडो तेजसँग चल्दछे किन्तु शीघ्र शान्त हुन्छे र रोगीको शरीरमा सुजन उठेको (भएको) छैन भने त्यस रोगीको मृत्यु सात दिनमा हुन्छ, यदि शरीरमा सूजन छ भने त्यस्तो हुंदैन ।

चारदिनमा मृत्यु हुन्छ भनेर जनाउ दिने नाडीको लक्षण

यदि रोगीलाई पहिलो दिनमा अग्निसमान अत्यन्त तीव्र ज्वरो आएको छ, त्यसको नाडी केवल तर्जनी आँलाका फेदमा मात्र एकलवका समानले स्पन्दन गर्दै निरन्तर चल्दैरहिछ भने त्यो रोगीको मृत्यु ४ दिन भित्रमा हुन्छ ।

अथवा- असाध्य नाडीहरू दाहिने हातमा त देख्नैपर्दछ, तर दाहिने पाउमा पनि हेर्नुपर्दछ, स्त्रीको बायाँ हात-बायाँ पाउमा हेर्नु । यदि दुवै ठाउँको गति विकृत भएकी छ भने त्यो पनि हात पाउको एकै भयो भने कथित समयमा त्यसको अवश्य नै मृत्यु हुन्छ ।

यदि रोगीको हात पाउको नाडी मुखमा अथवा तर्जनी आँलाका फेदमा हरबखत फट्कन्छे भने त्यसको पनि ४ दिनमा मृत्यु हुन्छ ।

अथवा नाडी तर्जनी (चोरी आँलो) को फेदमा चल्दछे, श्वास मुखबाट मात्र निस्कन्छ, नाकबाट बन्द छ निस्कदैन (यदि रुघा लागेको छैन र स्वभाविकै नाकबाट श्वास बन्द भयो) भने त्यसको मृत्यु पनि ४ दिनका दिन हुन्छ ।

तीन दिन भित्रमा मर्ने नाडीको लक्षण

सन्निपातले पीडित मनुष्यको शरीर यदि सन्निपात ज्वरोको प्रकोप

गर्मीले व्याकुल भयो भने यस्तो भएको बेलामा त्यसको नाडी ठण्डी भएको थाहा हुनगर्दैन भने त्यसको मृत्यु तीन दिनमा हुन्छ ।

अथवा - जुन रोगीका मुखमा वा चोरी आँखाको फेदमा नाडी चल्दै गरेको प्रतीत हुन्छ, मध्यमा शीतल भएर बहन्छ, शरीरमा ग्लानी प्रतीत हुन्छ, नाडीको गति तन्तुको भाँति सूक्ष्म भएर मन्दरूपले चलेकी छ भने त्यो रोगी तीन दिनभित्रमा मर्दछ भन्ने संज्ञा ।

अथवा - स्वस्थ मनुष्यको नाडीको गति हल्केलो न पसारीकन आफ्ना स्थानदेखि तल भएको प्रतीत हुन्छ, पुनः हात पसारेपछि आफ्ना स्थानमा सूक्ष्मरूपले प्रतीत हुन्छ भने त्यो मनुष्यको मृत्यु तीनदिनमा हुन्छ ।

दुई दिनमा मरण जनाउने नाडीको लक्षण

जुन सर्त्रपातका रोगीको नाडी स्थिर हुँदैन आँखाका फेदमा तथा तर्जनीको फेदमा बिजुली चम्के जस्तै गरी एकाएक फट्कन्छ, अथवा जस्को नाडी स्थिर छ, उसका मुखमा बिजुलीको जस्तै तेजिलो कान्ति देखा पर्दछ भने त्यसको जीवन (दुई दिनभित्र अर्थात् एकदिन मात्र शेष रहेको संज्ञा) दोश्रोदिनतकमा अवश्य मर्दछ ।

अथवा- यदि अकस्मात् रोगीको नाडीको गति तर्जनी (चोर) अंगुलीका फेदमा मात्र टुटेकी छ भने र अलि अलि (केही) पनि नाडी भएको थाहा हुँदैन भने त्यो रोगी दुई दिनराम्रको पाहुना हो भन्ने संज्ञा ।

एकदिनमा मर्ने नाडीको लक्षण

जब नाडीको बेग नष्ट भएर स्पन्दन मात्र हुन्छ वा रहन्छ, तब १ दिनभित्रमा रोगीको मृत्यु हुन्छ ।

अथवा - रोगीको नाडी चोरी आँलाको फेदमा मात्र डमरुको जस्तै चंचलभावले चल्दछे भने त्यो रोगीको एकदिनमा मृत्यु हुन्छ ।

अथवा - रोगीको नाडी भँवरोको चालले चल्दछे वा दुई तीन पटक तेजीसित चल्दछे-फट्कन्छे फेरि गायब हुन्छे, फेरि एकक्षण उस्तै चालले चलेर बन्द हुन्छे भने त्यसको मृत्यु १ दिन अर्थात् २४ घण्टा भित्रमा संझनु ।

यी कुराहरू सूक्ष्म विचार र अनुभव गरेर मात्र बताउनु पर्दछ ।

मृत्युकालको नाडीको लक्षण

मृत्युकालमा नाडीको गति जीर्ण भएर डमरुको समान हुन्छे । माथितिर तन्तुकै समान सूक्ष्म मन्दगतिले चल्दछे, तलतिर वक्रगति-वालीटेढी हुन्छे ॥

कस्तो लक्षण भएका मानिस पञ्चत्व (मृत्यु) मा प्राप्त हुन्छन् ?

विसूचिका रोग भए छँदामा रोगीको दाँत, ओंठ, मुख र पाउ आदिमा पाकेको जामुनाको जस्तो कालो वर्ण (पैदा) भएमा सो रोगी केहि दिनको पाहुना हो भन्ने जानु । (यो कालो वर्ण १/२ अङ्गमा वा सबैमा पनि हुन सक्दछ ।

अथवा- जुन रोगी बोल्दा गद्गद भएर वा झीनो शब्द यद्वा जिउरो लट्पटिएको जस्तो गरी (स्पष्ट बोल्न सक्दैन) बोल्दैन भने त्यो रोगीलाई प्राणान्त अवस्थाको संझनु ।

अथवा- सन्निपात ज्वरोमा जसको शब्द भेडो या बाखाको जस्तो हओस् त त्यस्तो व्यक्ति पनि आतुर वा मरणासन्न भएको जानुपर्दछ ।

अथवा- जसको देहबाट शुभ अथवा अशुभ सुगन्ध वा दुर्गन्ध लगातार धेरै दिनसम्म आइरहन्छ भने त्यो व्यक्ति कुनै रोगबाट वा हृदयगति बन्द भई मृत्यु हुन सक्दछ ।

अथवा स्नान न गरीकन वा स्नान गरेर पनि जसको देहबाट लगातार सुगन्ध आइरहन्छ भने त्यो व्यक्ति १ वर्षभन्दा बढि न बाँच्न सक्दछ ।

अथवा- जसको देहबाट दिशा पिशाव मुर्दाको जस्तै अथवा मांस, रगत समान गन्ध आयो भने त्यो व्यक्ति वर्षदिनभित्रमा मर्दछ ।

अथवा राम्रोसँग नुहाइ धुवाइ गरेर पनि जुन रोगीमा माखा र लाम्खुट्टे न्यादै आयो भने त्यो व्यक्ति पनि थोरै महिनाको पाहुना हो ।

अथवा यदि दुर्बल र रोगग्रस्त प्राणीको वरिपरि ठूला-ठूला कमिला र (नीलो वा हरियो) माखाले भुत्तायो भने त्यो व्यक्ति १ महिना पछि यमराजको अतिथी हुनपुग्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीमा आइरहेको पसिना कुनै तरहले पनि रोकिंदैन भने त्यो व्यक्ति छिटै आफ्नो बाटो लाग्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको दाँत (पहिलेको भन्दा) जकडिएको, (कलेठी परेको) होस् र दाँतबाट सेतो बालुवा जस्तो निक्कियोस्, अथवा आँखाको परेली जटा परेको होस् त त्यो व्यक्ति धेरैदिन दुःख पाएर बस्नुपर्दैन ।

अथवा जसको आँखा प्रकृतिबाट रहित होस् वा विकृति भएको होस् वा पहिलेको भन्दा फरक देखिएको होस्, आफ्नो ठाउँबाट टेडो मेडो भएको होस् वा तल माथि भएको होस् अथवा टोलाएर हेरिरहने गरेको होस् वा ठूला आँखा भएको होस् वा कुनै शिला जस्तो एकाकार भइरहोस् वा तल माथि

आँखा भएको प्रतीत होओस्, कि सदा बन्द गरिरहेको होओस् त त्यो व्यक्ति केही दिनको पाहुना हो ।

अथवा - आँखाबाट सदा सर्वदा आँसु यद्वा पानी आई रहोस् या आँखाबाट अथवा घरि घरि अत्यन्त आत्तिएको जस्तो देखियोस् वा होओस् या चिन्तामग्न भएको जस्तो हओस् वा आँखा पल्टाएको हओस् या परेवाको जस्तो हओस् वा अन्धो भएको प्रतीत होस् या कालो, नीलो हरियो यद्वा डढेको काठको जस्तो होओस्, अथवा रातो (ताम्र) वर्णको वा धुआँ जस्तो धमिलो या अत्यन्त डरलाग्दो होओस् त त्यो व्यक्ति पनि १/२ दिन मात्रको पाहुना हो भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- टाउकाको रीँ तानोस् वा अरू कुनैद्वारा ताम्र लगाओस्, परन्तु त्यसको अनुभव यद्वा तानेको न दुखोस् थाहा न पाओस् त त्यसलाई यमराजले बोलाइसकेको संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको पेटको नशा कालो, पहेँलो वा तामाको जस्तो वा सेतो होओस्- हुनजाओस् त त्यो (रोगी) व्यक्ति पनि केवल ७/८ दिन मात्रको पाहुना हो ।

अथवा जो व्यक्ति अत्यन्त रोगको कारण स्वच्छ आकाशलाई बादल आदिले ढाकेको भनोस् वा पृथ्वीलाई शून्य आकाश जस्तो राँझोस् त त्यो पनि ३/४ घण्टा भन्दा ज्यादा बाँच्दैन ।

अथवा जुन रोगीले राम्रोसँग बलिराखेको बत्तीलाई अँध्यारो यद्वा डग्यालो दिएन भनी भन्दछ वा ठान्दछ या सामुन्ने बसिराखेको व्यक्तिलाई 'किन हिँड्यौ त नि ?' भनि भन्दछ भने त्यो व्यक्ति पनि धेरै घण्टा बाँच्दैन ।

अथवा - जुन व्यक्तिले राम्रो पानीलाई फोहोर पानी र न राम्रो फोहोर पानीलाई खूब सफा भन्यो भने यद्वा जसले आफ्नो सामुन्ने प्रेत, राक्षस, भूत आदि प्रत्यक्ष देखेको देखेन भन्दछ वा अनुभव गर्दछ

भने सङ्गै भए पनि सो मानिसको लागि कात्रो ल्याएर राख्ने हुन्छ ।

अथवा- स्वच्छ आकाशमा मेघ बादलले ढाकेको देखोस्, अथवा सूर्य र चन्द्रमाको प्रभा शून्य देखेको भनोस् त त्यस व्यक्तिलाई केही दिनको अतिथि सङ्गनु ।

अथवा सूर्य वा चन्द्रग्रहण न लाग्दा पनि ग्रहण लागेको भन्छ वा देख्दछ भने त्यो व्यक्ति रोगी ॥ भएको भए पनि १ महिनाभन्दा ज्यादा बाँच्दैन ।

अथवा जसले रात्रीमा सूर्य र दिनमा चन्द्रमा चम्केको देख्दछ भने, न बालेको स्वच्छ पृथिवीबाट उडेको धूआँ मान्दछ भने, रात्रीमा बोलेको राम्रो अग्निलाई कुनै शक्ति वा तेज रहित र आगो निभेको कोइला जस्तो देख्दछ- (मान्दछ) भने त्यसले स्मशानघाटतिर साइत सारेको सङ्गनु ।

अथवा कुनै कारणविना नै अनेक प्रकारका वर्णहरू (कालो, पहेँलो, रातो आदि) घाट डराउन दिने, विरूपवाला प्रत्यक्ष देख्दछ भने अथवा जसको सामुन्ने डरलाग्दोरूपबाट अनेक किसिमका पुरुषहरू देख्दछ भने त्यो व्यक्ति त्यहि दिन महाप्रस्थान गर्दछ ।

अथवा जुन रोगीले अदृश्यस्वरूप भएका देवता, यक्ष-गन्धर्व, राक्षस आदिलाई आफ्नो सामुन्ने आकाशमा रहेका छन् वा उनीहरूले आफूलाई कुरेर या हेरेर बसेका छन् भनेर भन्दछ वा देख्दछ भने अब त्यसको दाना चारा सिद्धिन्छ भन्ने सङ्गनु ।

अथवा जसले समीप यद्वा नजीक बसेका आफ्ना छोरा, भाई, परिवार वा इष्टमित्रहरूलाई चिन्दैन भने, आकाशका शब्दलाई सुनेको छ भन्दछ भने अथवा - नजिकै बोलेको कुरालाई (कानको रोग बाहेक) सुन्दैन भने संसारलाई माया मारेछ भन्ने सङ्गनु ।

अथवा - जुन रोगीले आफ्नो आँलाले कान थुनेर कोही बोलेको

पनि सुत्र चाहँदै न भने आफ्नो बाटो लाग्नेभयो भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- यदि रोगीको टाया-बायाँ, अगाडि या पछाडि माथि वा तलका कुनै अङ्गमा स्वादविशेष र कुनै अङ्गमा अस्वाभाविक विकृत रंग देखिन गयो भने त्यो व्यक्ति केही दिनभित्रै मर्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- यदि रोगीको शरीरमा एक ठाउँमा प्रसन्नता जस्तो, अर्को ठाउँमा ग्लानि, अथवा एक अङ्गमा खम्बो र अर्को अङ्गमा चिल्लो देखियो भने त्यो व्यक्ति छिटै मर्नेवाला हो भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- यदि रोगीको नङ्गमिली, आँखा, मुख र हात खुट्टामध्ये कुनै किसिमका विकृतिहरू प्रादुर्भाव हुन लागोस् वा एकाएक रंग बदलियोस् वा त्यसभन्दा पहिले कहिल्यै पनि नदेखिएको रङ्ग अकस्मात् (बिना कारण) देखियोस् त रोगी मर्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- रोगीको दुवै ओंठ पाकेको जामुनाको फल जस्तो होओस् त त्यो रोगी गतायु संज्ञानु ।

अथवा- रोगीको घाँटी (कण्ठ) बाट अनेक किसिमका विकृत स्वरहरू निक्लन्छ वा अघिपछि (पहिले पहिले) बोल्नेभन्दा भिन्दै स्वर निक्लेको छ भने उसको आयु निखेको संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको आँलाहरू तान्दा पट्काउँदा पट्कन्न भने, उसले बाटो ततायो भन्ने जान्नु ।

अथवा- जुन रोगीले देखिने चीजलाई देख्दैन र न देखिने चीजलाई फलाना चीज देख्ने भन्दछ भने त्यो रोगी बाँच्दैन ।

अथवा- जुन रोगीको त्रिउरोमा (वा मुखमा वा घाँटीमा) कुनै रोग छैन तापनि मीठो, पीरो, अमिलो आदिको स्वाद थाहा पाउन्न भने यसको आयु खतम भएछ भन्ने जान्नु ।

अथवा जो मानिस स्वप्नामा कुरुर, गधा या उँटमा चढेर दक्षिण दिशातिर जान्छ (गएको देख्दछ वा भन्दछ) भने त्यो व्यक्ति टी. वी. भएर मर्दछ ।

अथवा- जुन व्यक्तिले सपनामा रातो कपडा वा राता फूलका मालाहरू लगाएको र रातो नै रंग भएको (रातो कपडा लगाएको) आइमाई खूबसँग हाँसेको देखोस् त त्यो मानिस रक्तश्राव या रक्तपित्तको रोगबाट मर्दछ ।

अथवा जुन मनिसले सपनामा नाङ्गो भएर सबै शरीरभर घिउ वा तेल लगाएर अथवा न बलेको आगोमा हवन गरेको देखोस् या छातीमा कमल उम्रेको देखोस् त त्यो व्यक्ति कुष्ठ भएर मर्दछ ।

अथवा जुन मानिसको शरीरमा (नुहाइ धुवाई गरी चन्दनादि सुगन्धित द्रव्य लेपन गरेर पनि) नीलो वा हरियो माखाले प्यादै नै भुक्तियो भने त्यो रोगी प्रमेह रोगले मर्दछ ।

अथवा- जुन मानिस सपनामा चाण्डालका साथ घिउ, तेल आदि चीजहरू पियोस् खाओस् त त्यो व्यक्ति पनि प्रमेह रोगले मर्दछ ।

अथवा- जो व्यक्ति सधैं असन्तोष यद्वा निराश भइराखोस्, क्रोध लिइराखोस् अथवा सधैं डराएको (जस्तो) हओस् वा हाँसिरहोस् वा छिटो-छिटो बेहोश भइराखोस्, तिर्खा खूब लागोस् त त्यो व्यक्ति उन्माद रोगले मर्दछ ।

अथवा जुन रोगी सपनामा राक्षसका साथ नाच्दा नाच्दै पानीमा डुबोस् ता त्यो पनि उन्मादरोगबाट मर्दछ ।

अथवा- जुन रोगीले अँध्यारो न हुँदा पनि अँधेरो देखोस्, कतैबाट कुनै किसिमको आवाज-शब्द न आउँदा पनि किसिम-किसिमका आवाज वा गीतहरू गाएको सुनोस् त त्यो व्यक्ति भृगोरोगबाट मर्दछ ।

अथवा- जुन व्यक्तिले सपनामा यस्तो देखोस् कि म रक्सी खाएर खूब मदमस्तसँग नाचिराखेको छु, अथवा भूतहरूले मलाई डँधोमुन्टो पारेर कतै लगिराखेका छन् भन्दछ भने त्यो रोगी पनि मृगी रोगले मर्दछ भन्ने जान्नु ।

अथवा जुन रोगीले सपनामा तिलबाट बनेका पदार्थ या पुडी, मालपुआ (वा) आदि खाएको हुँदा हुँदै जागोस्, अथवा व्यङ्गनेवित्तिकै पुडी, मालपुआ आदि (नै) बान्ता गरोस् त त्यो व्यक्ति संसारबाट छिटै बिदा हुँदैछ भन्ने जान्नु ।

अथवा जुन रोगीको छातिबाट नीलो वा पहेँलो कफ निकलोस् त त्यसको जीवन संदेहयुक्त अर्थात् धेरै वर्ष बाँच्दैन ।

अथवा- रोगीले आफ्नो छायाँ बिग्रेको देखोस् वा छायाँ नै न देखोस् या अर्काको छाँया न देखोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन बाँच्दैन ।

अथवा आफ्नो छायाँ तुङ्गभागमा बाँडिएको देखोस् या शिर बिनाको देखोस् त त्यो व्यक्ति थोरै दिनको पाहुना हो ।

अथवा जो रोगी रोग लाग्नुभन्दा पहिलेको खानाभन्दा धेरै ग्वाओस्, तर दिशा- पिशाव धोरै गरोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै महिना यस संसारमा रहनुपर्दैन ।

अथवा जुन रोगीको घाँटी (कण्ठ)बाट अनेक किसिमका आवाजहरू निकलोस्, मन शिथिल हु ओस्, पखाला लागिरहोस् र कुनै तरहले पनि न रोक्तियोस्, बल घटेको होओस् तिर्खा ज्यादा लागिरहोस्, मुख सुक्निरहोस् त त्यो व्यक्तिले पनि छिटै चोला फेदँछ भन्ने जान्नु ।

अथवा जुन रोगीको मासु क्षीण भएको होओस् यानि हाड र

छालामात्र भएको जस्तो हओस्, लिङ्ग भित्र घुसेको होओस्, शिर र जिउरो लत्रेको होस् त त्यो व्यक्ति छिटै महाप्रस्थान गर्दछ ।

अथवा जुन रोगीको कपालमा तेल नराखिकन पनि (नै) यस्तो देखियोस् कि मानौं तेल घसेको जस्तो हओस् त त्यो व्यक्तिलाई कालले बोलाइसकेको संझनु ।

अथवा - जुन रोगीको जिउरो एकदम बाहिर आउन लागोस् या भित्रै जान लागोस्, अथवा नाक सुक्रोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन बाँच्दैन ।

अथवा - मुख, कान र दुवै ओंठ अत्यन्त कालो या सेतो वा रानो अथवा नीलो हओस् त त्यो रोगी पनि धेरै दिन बाँच्दैन ।

अथवा - जुन रोगीको जिउरो लट्पटिएको जस्तो होओस् अथवा गरुंगो जस्तो भानोस् या काँडा परेको जस्तो होओस् वा कालो होओस् या सुकेको होस् त त्यो व्यक्ति यमराजको पाहुना संझनु ।

अथवा - जुन रोगीको दुवै हात, गोडा अत्यन्त कडा हओस् या नशा, तालु आदि सबै अति तिस्रो होस् त त्यो व्यक्तिको आयु धेरै दिन छैन भनेर जाने हुन्छ ।

अथवा - जुन रोगीले दाँतले नङ टोकोस्, या नङ्गले कपाल तानोस् वा झिंजो या छेस्काले या हातको नङ्गले या गोडाको आँलाले पृथ्वीमा कोरोस् लेखोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन यस पृथ्वीको भार हुनुपर्दैन । (कोही कोहीको यस्तो गर्ने बानि पनि हुन्छ) ।

अथवा जुन रोगीले ज्यादातर दाँत कट्कटाई रहोस् या आफूखुसै रोओस् र घरि घरि चिच्याएर वा गद्गद् हुँदै हाँसोस् त त्यो व्यक्तिले पनि आफ्नो गतायु संझनु ।

अथवा जुन रोगीलाई पहिले खूब राम्रो लागेको मनपरेको

चीज र कुराहरू पछि एकाएक त्यही एकदम न राम्रो मानोस् त त्यो व्यक्तिको आयु निम्नैको रहेछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको दुवै आँखा अचानक कालो, शिथिल वा हरियो हओस्, आफ्नो शिर, गर्दन यद्वा शरीर गरुंगो भएर थाम्न न सकोस् त त्यो व्यक्तिको मानु सकिएछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीमा विनाकारण अकस्मात् भक्ति, शील, स्मृति, बुद्धि र बल देखियोस् त त्यो व्यक्ति पनि ६ महिनाभन्दा ज्यादा बाँच्दैन ।

अथवा जुन रोगी धेरै दिनसम्म रोगाएर केही पनि न खाएको होओस्, अत्यन्त कमजोर होओस्, तर अचानक निरोगी र जवान मान्छेले खाने झैं खाना खाओस् र केही काम-धन्दा पनि गर्नचाहे झैं गरोस् त त्यसलाई पनि यमराजको निमन्त्रणा आएको संज्ञानु ।

अथवा जुन रोगीको स्वर बसेको होस्, बल, कान्ती न होस्, शरीरको रंग बिग्रैदै गएको होस् र म अब मर्दछु अथवा म अब धेरै दिन बाँच्दैन या फलाना फलानालाई मेरो अन्तिम संज्ञाना सुनाइदिनु भनोस् त त्यसलाई पनि बाटामा हिड्ने बटुवा जस्तो संज्ञानु ।

अथवा जसको जिउरो नीलो, पहेँलो र काँढादार होओस्, तातो तातो श्वास फेरोस्, रीँ ठाडा हऊन्, आँखा रातो/पहेँलो होस् र घाँटीबाट घुर्घुराएको आवाज आओस् त त्यो व्यक्ति मर्दछ ।

अथवा- जसको मुखबाट रगत आवोस्, टाउको दुखोस् र भित्र दाह, बाहिर जाडो मानोस् त त्यो व्यक्ति गतायु संज्ञानु ।

अथवा जसको दाँतमा लेइ लागोस्, आँखा प्रायः एकोहोरीई राखोस् या टोलाइराखोस् (टोलाएको जस्तो होओस्), शरीरमा अचानक बल आओस् त त्यो व्यक्ति पनि प्रायः बाँच्दैन ।

अथवा धेरै पिशाव गर्ने र छिटो छिटो श्वास फेर्ने, दुब्लो, खान

न रुचेको होस्, इन्द्रियमा कुनै कान्ति न भएको यद्वा शक्ति नष्ट भएको होस् त त्यो व्यक्ति पनि छिटै मर्न सक्दछ ।

अथवा जुन व्यक्ति पटक पटक बेहोश भइराखोस्, सुत्दा प्रायः उत्तानो नै सुति राखोस् र (सुत्दा) ज्यूँदो मानिसको जस्तो कुनै चेष्टा न गरोस् यद्वा मरेको हो कि ज्यूँदो हो ? (भन्न) छिटो छुट्याउन न सकियोस्, बस्दा-सुत्दा छिटो जराक्जुरुक् उठ्न न सकोस्, बाहिर चिसो भित्र दाह होस् त त्यो व्यक्ति पनि केही महिनामा नै मर्ने लक्षण हो ।

अथवा- रौं टाडा हुनु, आँखा रतो होस्, छाती(मा) एकदम दुखोस्, लामो लामो सास फेरोस् त त्यो व्यक्ति पनि छिटै संसार छोड्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जो रोगी जिरिङ्ग मानिराखोस्, हृदयमा पीडा भइराखेको होओस्, अङ्गभिन्नमा दाह धेरैदिनसम्म भइरहेको होस्, बाहिर सारा शरीर चिसो होस्, शिरमा पसिना आओस् तर छाति र अन्यत्र पसिना न आओस् त त्यो व्यक्ति पनि महाप्रस्थानको तयारी गर्दैछ भन्ने जान्नु ।

अथवा- जुन मानिसले (नाकको रोग बाहेक) प्रत्येक - हरेक पदार्थलाई सुगन्धित ठान्दछ वा दुर्गन्धित मान्दछ वा सुगन्धित चीजलाई दुर्गन्धित र दुर्गन्धित चीजलाई सुगन्धित मान्दछ भने स्वस्थावस्थाको भए ६ महिना र रोगी छ भने ३ महिनाभन्दा बढि बाँच्दैन ।

अथवा- जुन रोगीले पीरो, अपिलो, नुनिलो, गुलियो, टर्रो आदिको स्वाद जिउराले थाहा न पाओस् वा उल्टो-सुल्टो कुरा गरोस् त त्यो व्यक्ति वर्ष दिनको मात्र अतिथि संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीले आफूले स्पर्श गरेर पनि खस्रोको चिल्लो, चिल्लोलाई खस्रो, तातोलाई चिसो र चिसोलाई तातो भन्दछ भने, कमलोलाई साहारो र साहारोलाई कमलो भनोस् मानोस् त उसँग लेनदेनका हरहिंसाव आदि सबै सोधपुछ गरेर बसे हुन्छ ।

(यी माथिका कुनै कुनै लक्षणहरू सत्रिपात रोगीहरूमा पनि पाइने हुने हुनाने त्यो रोग भए न भएको खाल गर्नुपर्दछ, अन्यथा कुनै केहीको विचार नगरी बोल्न पाएँ भनेर प्याच्च बोल्ने, बस्न पाएँ भनेर थुचुक्न बसिहाल्ने र खान पाएँ भनेर क्वाप्प खाइहाल्ने बानी गर्नु हुँदैन) ।

अथवा जुन रोगीले (पहिले-पहिले) खात्र भनेर छोडेका चीजहरू खान पुनः मन गर्दछ भने, अथवा (अन्तिम अवस्थामा) बुझ्ने न मर्किने (मानौं भूतप्रेत गरिमसान भएर हिँड्ने गरेका निशाचरहरूले बोल्ने भनिने जस्तो) कन्याङ्कमन्याङ्क आदि कुराहरू बोल्दछ भने त्यो व्यक्ति छिटै आफ्नो बाटो लाग्नेभयो भन्ने संझनु ।

यो तल दिएको (तालिकाको) चारमा नक्षत्र वा नक्षत्रमा चार परेर रोग लागेको रहेछ भने त्यो रोगी धेरै प्रयत्न गरे मात्र बाँच्ला, अन्यथा मर्ला भन्ने संझनु ।

१. नोट- यी चार, नक्षत्र, र तिथी परेका बेलामा रोग लागे (रोगी) मर्दछ, आँषधी गर्नुपर्दैन भन्न खोजिएको होइन । परन्तु वैद्यक यद्वा ज्योतिष शास्त्रमा यस्तो लेखिएको छ भनेर दर्शाइएको मात्र हो र परिक्षण अपेक्षित छ ।

प्रीय पाठकवृन्द ! अरू पनि यस्ता लक्षणहरू न भएका होइनन्, तर यहाँ यस विषयमा अर्को छुट्टै पुस्तक तयार हुन जाने र ग्रन्थ विस्तारको भय हुनाले अहिलेलाई यत्तिमात्र ।

पाठकवृन्दहरूको अभिरुची भएमा हामी यस पुस्तकको दोश्रोभागमा उल्लेख गर्ने प्रयास गर्नेछौं । यहाँ दिइएकाबाट पनि केही रूपमा जानकारी हुनेनै छ भन्ने आशा छ ।

मर्न लागेका मानिसलाई परिवारले गर्नुपर्ने कर्तव्यको केही जानकारीहरू

१. रोगीको अब मृत्यु नजीकमा (छिटै) हुन जाने छ भन्ने थाहा हुनासाथ खाट वा पलङ्ग आदिमा भन्दा जमिनमा नै विस्तरादि लगाई सुताउनु ।

चार	नक्षत्र	अनुगाथा	अथवा - अश्लेषा, शतभिषा, आर्द्रा,
आइत	मघा	३ उत्तरा	धनेष्ठा, ज्येष्ठा, पूर्वभाद्रपदा, पूर्वाषाढा,
सोम	विशाखा	मघा	पूर्वफाल्गुनी, भरणी, कृत्तिका र विशाखा
मंगल	आर्द्रा	अश्विना	रश्मि नक्षत्रमा आइतवार, मंगलवार र
बुध	पुष्य	मृगशिरा	शनिवारमध्ये कुनै एउटा वारमा
बिहि	कृत्तिका	अश्लेषा	नक्षत्र, षष्ठी, द्वादशी र चौथो तिथिमध्ये
शुक्र	रोहिणी	हस्ता	कुनै एउटा तिथि परे पनि
शनि	हस्ता		मृत्युयोग' पर्दछ भनी जानु ।

२. जुन ठाउँमा सुताउनु छ त्यहाँ भरिसक तुलसीको मठ नजिकै होस् र त्यस ठाउँमा कुनै पवित्र माटो र गाईको गोबरले लिपिएको होओस् !

३. विस्तरा आदि लगाइ सकेर (रोगीलाई) त्यहाँ सुताई तल लेखिएको मन्त्र—

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोऽपि वा ।

यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥

पढी कुश, तुलसीपत्र, जी, तिल र सुन मिसिएको जलले मार्जन गरिदिनु ।

४. विस्तरामा सकभर सेतो पहेँलो कपडा वा ऊनीको वस्त्र प्रयोग गरिएको होस्, तर निलोरंगमा रँगाइएको वा नीला-हरिया रंगका रेशमका कपडाहरू बिच्छ्याउनु प्रयोग गर्न त्यति उपयुक्त मानिंदैन यस अवस्थामा ।

५. सम्भव भए विस्तराको मुनि कुशको आसनी राखिदिनु, न पाइए कुशको टुक्रा भएपनि शिरानी (तकिया) मुनि राखिदिनु ।

६. शुद्ध (चोखो) कपडा मरणासन्न व्यक्तिलाई ओढाइदिनु, मुख न छोपिने गरी ।

७. घाँटीमा रुद्राक्ष वा तुलसीको माला लगाइदिनु वा नजिकै राखिदिनु ।

८. शिरानीतर्फ तुलसीको मठ वा तुलसीको गमला हओस् ।

९. शिरानीमा गीताजीको वा विष्णुसहस्रनामको वा गजेन्द्रमोक्षको पुस्तक राखिदिनु ।

१०. निधारमा भस्म (विभूति) वा गोपीचन्दन लगाइदिनु ।

११. माथि भनिएको कुश, तुलसीपत्र, तेल र सुनको प्रतिमा

राखिएको जल वा चरणामृत समय समयमा पियाउँदै रहनु (परन्तु यो ख्याल राख्नुपर्दछ कि प्राण जाने अवस्थामा जल पियाउँदा-ख्याउँदा उक्त व्यक्तिलाई सकस पर्न जान पनि सक्छ, अतः यस विषयमा साह्रै विचार पुर्‍याउनु पर्दछ) ।

१२. मरणासन्न व्यक्तिको विस्ताराको चारै तर्फ फूलहरू छरिदिनु र सुगन्धित (चिनी घिउ, खुदो वा धुपीको, त्यो पनि न पाइएँ असली अगरवत्तीको) धूप दिनु ।

१३. मरणासन्न रोगीलाई परलोकमा सहायता गर्ने हरि, नारायण कृष्ण, राम, प्रणव आदि नामरूपी औषधीको प्रयोग गरिदिनु । परमात्माको कुनै पनि नामको उच्चारण गर्नु या गराउन लगाउनु । विष्णुसहस्रनाम, गजेन्द्रमोक्ष या श्रीमद्भागवत वा श्रीमद्भगवद्गीता (विशेषतः आठौँ अध्याय) अर्थसहित सुनाउनु । परलोकमा सुख दिने औषधी यिनै हुन् ।

१४. हुनसक्छ भने उसको जुन इष्टदेव हो, उनै भगवान्को सुन्दर, शान्त स्वरूपको चित्र-फोटोहृत् परमधाम जान लागेको व्यक्तिले देख्ने गरी राखिदिनु ।

१५. सम्भवभाए आधा तोला जतिको सानो श्रीशालिग्रामजीको मूर्ति मरणासन्न व्यक्तिको छाती (हृदय)मा (च्यादर वा ओढाइएको वस्तुमाथि भए पनि हुन्छ, तर कतै खस्न-झर्न भने भएन) राखेर घरका सबै परिवारले त्यहाँ मूर्तिमा पूजा गर्नु र धूप, दीप, नैवेद्य र आरती गरिदिनु (गर्नु) र प्रदक्षिणा र नमस्कार पनि गर्नु—

नारायण दयासिन्धो! जगन्नाथ जनार्दनः ।

मामुद्धर महाविष्णोः संसाराब्धेः सुदुस्तरात् ॥

१६. यतातिरयी मार्थ बताइएका विषयहरू जुट्दै-गरिदै गइएको

छ भने अर्कोतिर्फे भगवानका गुणानुवाद कीर्तनहरू अनवरतरूपमा चलदै रहोस् ।

१७. मरिसके पछि पनि कमसेकम १५-२० मिनेटतक कीर्तन भइराखोस्, जबतक शवयात्राको तयारी भएको हुँदैन ।

वास्तवमा कोही पनि प्राणी कहिल्यै अजरामर हुनै सक्दैन, जन्मे पछि मृत्यु अवश्यम्भावी छ । अतः मर्नेका निमित्त शोक गर्नु व्यर्थ छ, त्यसैले रोगी मरणासन्न हुन लागेपछि शोक गरेर रुनु त झन् अनर्थ हो र अरू सम्बन्धितले पनि आँसु न झारी, शोक न गरीकन-धैर्यधारण गरी भगवान्का नामस्मरण कीर्तन आदि गराउनु । जय जयकारको उच्चारण गर्नु, भगवान्का राम्रा-राम्रा गुणानुवादहरू गाउनु ।

जसले मरणासन्न व्यक्तिलाई भजन-कीर्तन सुनाउँछ र साथै उसको सेवा गर्दछ भने त्यस वखतको सेवकको ठूलो माहात्म्य बताइएको छ । त्यो सेवा कार्य बराबर न कुनै भजन छ, न ध्यान छ, न त सत्संग नै छ ।

साँच्चै भन्ने हो भने मुक्ति प्राप्ति गर्ने बेला नै यही हो । सब काम छोडेर मरणासन्न व्यक्तिको सेवा गर्न जानु, लाखौं काम छोडेर कीर्तन, भजन, स्तोत्र पाठ गर्नु (गरिदिनु) ।

अन्तिम अवस्थामा पञ्चमहाभूतमा मिल्नजाने व्यक्तिको दृष्टि र चाहना जुन चीजमा हुन्छ त्यसैमा त्यसको भविष्य () बन्न जाने हुनाले उसको जीवन आनन्दमय बनाउनको लागि उपरोक्त चीजमा आस्थावादी हुन प्रयास गरिएको हो -

यं यं वापि स्मरन् भावं त्यजन्त्यन्ते कलेवरम् ।

तं तमेवैति कौन्तेय! सदा तद्भाव भावितः ॥

भावार्थ—

प्राणान्तका समयमा जुन जो चितायो
त्यै प्राप्त हुन्छ भनि भन्दछ शास्त्रमा यो ।
तस्मात् हरिस्वरूपमा भन राख्नुपर्छ
यो भन्दिने परम ब्रान्धव त्यो ठहर्छ ॥

यी कुराहरू प्रति सहमत हुनु, मान्नु नमान्नु आफ्नो रुचि र
विश्वास अनुसार हुने भएकोले यहाँ हामीले मात्रै पर्छ -गर्ने पर्छ भनेर
कर लगाउनु, भन्नु केही छैन । अस्तु

**कुन चीजसँग कुन् चीज एकसाथ वा उत्तिखैरै
खानु हुँदैन ?**

दुध र माछा-मासु एकै साथ वा उत्तिखैरै खानु हुँदैन ।
मासु र दूध वा मासु र सातु एक साथ खानु हुँदैन ।
परेवाको मासु तेलमा भुटेर खानु हुँदैन ।

गरम चीज खाँदा उत्तिखैरै वा साथ साथै दही न खानु ।
तामाको भाँडामा धेरै बेर राखेको दूध न खानु ।

काँशका भाँडामा धेरै बेर राखेको घिउ न खानु ।

महसँग तातो चीज वा तातो दूधमा मह राखेर न खानु ।

खीरसँग खिचड़ी, तर्कारी वा दही, मोही न खानु ।

घिउ र मह बराबर मिलाएर न खानु ।

धेरै प्रकारका मासु एकै छोकमा वा एकै दिन न खानु ।

घिउ, तेल, मह, पानी र दूध एकैसाथ वा उत्तिखैरै न खानु ।

मोही, दाल र भात मुछेर वा उत्तिखैरै न खानु ।

मूला, लसुन र तुलसी खाएर वा उत्तिखैरै एकछिनपछि दूध खान्छ
भने त्यसलाई कोढी हुन्छ ।

कुनै पनि चीजको साग, पाकेको कटहर, दूध र मह मिलाएर खान्छ भने कुनै डरलाग्दो रोग वा नपुंसक हुन्छ (भइन्छ) ।

मूला खाने बित्तिकै दूध वा दूध खाने बित्तिकै मूला खान्छ भने त्यो पनि कोढी रोग हुनबाट बन्न सक्दैन ।

लीचि वा खरबूजो खाएपछि तुरुन्त पानि न पिउनु ।

बकुल्लेको मासु बंगुरको बोसोमा भुटेर वा पकाएर खान्छ भने काल आइसकेको छ भनी जाने हुन्छ ।

मह तताएर खान्छ भने काजो ठिक पारे हुन्छ ।

पानीसँग घिउ वा सातु खाएर तुरुन्त खीर खान्छ भने त्यसलाई डरलाग्दो रोगले न सताउला भन्नसकिंदैन ।

याद राख्ने काम लाग्ने कुराहरू

दुध - (मनतातो भएको दूध) थकाइ नाशक, बलवर्धक ।

मह - कफ, पित्तनाशक, बलवर्धक ।

घिउ - वात, पित्तनाशक, बलवर्धक ।

तेल - वात, कफनाशक ।

नून - रुचिकारक ।

अमिलो - (उचित रूपमा प्रयोग गरे हृदयको लागि) हितकारक ।

पसिना - शरीरलाई कोमलता बनाइराख्न उत्तम ।

कसरत - शरीरलाई बलियो बनाउन उत्तम ।

मैथुन - उचित प्रयोगले स्वास्थ्यलाई लाभदायक । तर अति मैथुनले बल-तागत, बुद्धि, स्मृति आदि नाश गराउन सर्वोत्तम ।

उँखुको रस वीर्य बढाउन र पिशाव लगाउन उत्तम ।

जामुन - वायु प्रकोप बढाउन उत्तम ।

माष - वात, पित्त र कफ बढाउनमा उत्तम ।

अरेंठको तेल - साधारण जुलाफ गराउन ।

स्यूँडी - पातलो दिशा गराउनमा उत्तम ।

खयर - कुष्ठ नाश गर्नमा उत्तम ।

अमला उमेर स्थिर गराउन यद्वा बुढ्याई रोक्न ।

बेलको काँचो फल - दिशा कब्जियत गराउन । भोक जगाउन
र वात, कफ नाश गर्न ।

भेडीको घिउ - हृदय (स्याग्ध) लाई हानी गराउन उत्तम ।

घाख्रीको दूध - रक्तश्राव रोक्न र दूध बढाउनमा उत्तम । रुघा
पिनास आदिमा हित गर्न उत्तम ।

भेडीको दूध - कफ, पित्त बढाउनमा उत्तम ।

भैंसीको दूध - निद्रा र ताकत बढाउनमा उत्तम ।

दूध र घिउ - ताकत एवं बुढ्याई नाश गर्नमा उत्तम ।

समयमा भोजन-आरोग्य ।

दिशा पिशाव गर्दा दाँत टम्म पारेर जोड्न दाँत बलियो हुन ।

मलमूत्रको वेग रोक्न रोग व्याधि निम्त्याउन ।

मदिरा सेवन चिन्ता हटाउन, बेहोश बढाउन ।

मदिरा अधिक सेवन धन, स्मृति, बुद्धि नाश गर्न र उस्तै परे
कुकुरद्वारा मुतिङ्गन, कट्टिमुनि लगाइएका
कपडाहरूमा दिशा पिशाव पार्नमा
उत्तम ।

निक्कलौंदो वीर्य रोक्नु नपुंसक बनाउनमा उत्तम ।
 बासी खाना खानु अरुची-मन्दाग्नी र रोग निम्त्याउन ।
 अजीर्ण भोजन गर्नु - सबै रोगलाई निम्त्याउन ।
 अधिक उपवास - आयु कम गर्नमा उत्तम ।
 भोक हटिसकेर खानु दुर्बलता गराउन ।
 विषम भोजन गर्नु पेटको रोगलाई निम्त्याउनु ।
 विरुद्ध पदार्थ खानु कुष्ठ, मिर्गी, सेतोदाग आदि रोग निम्त्याउन
 वा बढाउन ।
 क्रोध चिन्ता, रोग, शत्रु र बुद्ध्याई गराउन ।
 शक्तिभन्दा ज्यादा परिश्रम शरीर छिटो थोत्रो बनाउन ।
 रजस्वला गमन - लक्ष्मी त्याग्न, पुण्य भगाउन र रोग निम्त्याउन ।
 चिन्ता लिनु - बुद्ध्याई छिटो निम्त्याउन ।
 विषाद गर्नु - रोग बढाउन, आलश्य गराउन ।
 धेरै साग खानु - शरीर सुकाउन वा सुत्रिन ।
 गर्भवती स्त्री कडा औषधी, ज्यादा कसरत परिश्रम (काम)
 र डरलाग्दा चीजहरू हेर्न र संभोगबाट बच्न ।
 असमर्थता डर पैदा हुनमा सर्वोपरी ।
 उत्तेजित बट्टा राजसी भोजन - मूर्खता र रीस बढाउन ।
 विचारै न गरी बोल्नु शत्रु कमाउन, झञ्झट बढाउन ।
 ज्वरो रोगहरूमा ज्यादा बलियो ।
 कुष्ठ - धेरै समयतक रहिरहने ।
 टी. वी. - सबैभन्दा कठिन (आजकल केही सरल बट्टा छिटो
 रोग निर्मूल हुन सक्ने हुन थालेको छ) ।

प्रमेह - छिट्टै सञ्जो न हुने ।

ब्रह्मचर्यमा रहनु - आयु, तेज, स्मृति आदि सबै बढाउनमा अति उत्तम ।

सन्तोषले रहनु - पुष्टिकारक ।

उचित निद्रा - थकाइ हटाउन र स्वस्थ रहन ।

ज्यादा निद्रा - आलस्य बढाउन ।

मनको प्रसन्नता र परमात्माको चिन्तन

गर्भधारणमा उत्तम सुख रसन्तोषसंग जीवन बिताउन ।

शान्ति लिनु-मन, वचन र कर्ममा उत्तम ।

सन्तोषले रहनु - पुष्टिकारक ।

आपना सहपाठीसँग शास्त्रार्थ गर्नु-बौद्धिक विकास ।

सद्वचन - जोसुकैसँग र सधैं ग्रहण गर्न उत्तम ।

कुन् रोगमा केको प्रयोग गर्ने ?

ज्वरोमा - तुलसीको चिया, मह, तुलसीको पातको रस, अदुवाको रस या पानको रस ।

वातज्वरमा - मह, रातोपदुवा हुने द्रोतको रस, चिरायता, तुलसीको पातको रस या ल्वाङ्ग भिजाएको पानी ।

सन्निपातको ज्वरमा - अदुवाको रस, तुलसीको पातको रस, दशमूल क्वाथ, कण्टकारीको क्वाथ, पिपलाको जराको क्वाथ ।

शीतज्वरमा - भाँडोको रस वा भरीच पकाएको तातो पानी ।

जीर्णज्वरमा - मह, पिपला, जीरा, पिपल, सितोपलादि चूर्ण, दूध, सूटो इत्यादि ।

कुपथमा क्यामुनाको रस, सालको रस या असुराको मुन्टाको रस । अनि जुन चीजको कुपथ परेको छ त्यही चीजलाई (छटाएर त्यसको खतानी) तातो पानीसँग खाने ।

अण्ड वृद्धिमा

कोखापट्टि एउटा ठूलो नसो मुत्रिर्इदै गएको पाइन्छ, सो नसालाई फेला पार्न सकेका खण्डमा काछको आसपासबाट सो नशालाई पक्री तलतिर अण्डकोषतिरै तात्रे गर्नाले केहि दिनबाट नै अण्डकोष वृद्धि हुने रोग नाश हुन्छ ।

जान्नुपर्ने कुरा के छ भने जुन भाग तिरको अण्डकोष बढेको छ सोही भागकै माथि (कोखापट्टि) तिरको नशा तान्नुपर्दछ । दुवै अण्डकोष बढेको भए दुवै नशा पक्री खिच्ने प्रयास गर्नु खिच्नु । नसो चित्रे तरिका के त भने त्यो अण्डकोषतिर गएको नसामा ज्यादा दुख्ने र सुनिने गरेको हुन्छ र त्यही नशाको माध्यमबाट नै पानीको मात्रा अण्डकोषमा थुप्रिन जाने गरेको हुन्छ ।

अथवा अमिली, तित्रीका पात मोहीमा पिसेर अलि अलि तातो पारेर अण्डकोष वरिपरि लेप लगाएर कपडाले बाँधिदिनु । करीव २ महिनासम्म प्रतिदिन लगाउने गरेमा निको हुन्छ ।

खोकीमा

कण्टकारीको जरोको चूर्ण १ मासा, पिपलाको धूलो १ मासा, यी दुवैलाई एकत्र गरी महमा मिलाएर चाट्नाले खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- कण्टकारीको फूलको चूर्ण र पिपलाको चूर्ण १-१ मासा मिलाई महमा फेटी खानु ।

अथवा- असुराको मुन्टाको रसमा मह मिलाएर २०/२२ दिनसम्म खाने गर्नाले धातुक्षय, श्वास र खोकीमा आराम गर्दछ ।

अथवा असुराको मुन्टाको रस ६ मासा, मह ६ मासा, र समुद्रनून १ मासा यी तीनैलाई एकत्र गरी मिलाई तातो पानीसँग केही दिनसम्म खानाले निको हुन्छ ।

अथवा- मुलेठी (जेठीमधु), मरीच र मिश्री समभाग लिई पिसी छानी चना जत्रो गोली बनाई सो २-३ गोली तातो पानीसँग खानाले खोकी बिसेक हुन्छ ।

अथवा- हरो, वरो अमलालाई डढाई त्यसको खसनी महसँग चाटेर खानाले वृद्धावस्थाको खोकी पनि आराम हुन्छ ।

अथवा - जेठीमधु, मरीच र मिश्री यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी ४/५ दिनतक दुवै समयमा लगातार खाने गर्नाले खोकी जान्छ ।

अथवा - अलँचीलाई मन्द आगोमा भुटी पिसेर महमा मिलाएर खाने गर्नाले पित्तबाट उब्जेको खोकी निको हुन्छ ।

अथवा - सुहाग भुटेर पिसनु, अनि पानमा राखेर दिनमा ३/४ पटक ६/७ दिनसम्म खाने गर्नाले कफज खोकी निको हुन्छ ।

अथवा - चिया पकाउँदा अलिकता अदुवा राखेर खाने गर्नाले पनि खोकी कम हुन्छ ।

अथवा - खुदो र घिउ पकाएर खाने गर्नाले क्षयरोगसम्बन्धी खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा - मरीचको धूलो महमा फेटेर चाटनाले मुखबाट खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा सितोपलादि चूर्ण, वासावलेहमा फेटी खाने गर्नाले पुरानो खोकी पनि निको हुँदै जान्छ ।

अथवा गुडमा मरीच र सुँठोको धूलो मिलाई खाने गर्नाले खोकी र सामान्य रुघा विसेक हुन्छ ।

अथवा मिश्री र मरीच भुङ्खमा लिई राख्ने र यसैको रस सुस्त सुस्त निल्दै गरिरहनाले तिर्खा र खोकी हट्दछ ।

अथवा मकै भुटेर डढाउनु, त्यसको खरानीमा सिधेनुन र पिपला मिलाई पिसनु र सो भस्म (धूलो तातोपानीसँग दिनमा ३/४ पटक खाने गर्नाले साधारण रुघा खोकी र कुकुरखोकी पनि आराम हुन्छ ।

अथवा कालो घतुराको जरो धोएर सुकाउनु, सुकेपछि धूलो पार्नु र चिलिममा राखेर खाने गर्नाले खोकी ठिक हुन्छ ।

अथवा अनारको बोक्रा ४ मासा, जेठीमधु २ मासा, वरौँको चोक्रा २ मासा यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी १ पाउ पानीमा पकाउनु । जब सुकेर-पाकेर थोरै रहन्छ, तब उतारी १ तोला मिश्री मिलाएर खानाले खोकी ठिक हुन्छ ।

अथवा- कमलगडालाई खूब पिसेर छान्नु, अनि २/३ मासाको मात्रा गरी, २ टायम महमा फेटी खानु केही यसरी दिनसम्म खाने गर्नाले खोकी आराम हुन्छ । (कमलको बीजको भित्रको हरियोभाग रहेछ भने त्यो हरियोभाग निकालिदिनु, किनकि सो हरियो भागले हानि गर्न सक्छ) ।

अथवा- कण्टकारीको फूलको धूलो, भुटेको जिरा र मिश्री यी सबैलाई एकत्र गरी तातोपानीसँग खाने गर्नाले पित्तबाट भएको खोकी सञ्जो हुन्छ ।

अण्डकोष बढेकोमा

भाँडको पात पिसेर लेप लगाउनु र पट्टि बाँध्ने गर्नाले अण्डकोष बढ्नमा नियन्त्रण गर्नुका साथै रोग पनि सञ्जो हुन सक्छ ।

अण्डकोष चिलाउनेमा

गुमाङ्ग यद्वा अण्डकोष ज्यादै चिलायो भने अलि अलि कन्याएर कागतीको रस लगाइदिनु ज्वाट्टै निको भैहाल्छ ।

आँखा दुख्ने र धमिलोपनमा

त्रिफला पानीले धुने गरेमा आँखासम्बन्धी सम्पूर्ण रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- मरीच र घ्यू मिलाएर केहीदिनसम्म खाने गर्नाले आँखासम्बन्धी रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- १ मासा धनियाँको गेडा पिसेर आधामाना पानीमा पकाउनु र कपछान गरी त्यो रस आँखामा १/२ थोपा हाल्ने गरेमा आँखा पोल्ने र आँखाबाट पानी बग्ने रोग निको हुन्छ ।

आँखाको फूलोमा

कपूर र वरको दूध मिलाएर आँखामा सलाईको काँटी जस्तो सानो छेस्कोमा सफर रूई बेहेर गाजल लगाए झै गरी लगाउने गरेमा आँखाको फूलो नष्ट हुनसक्छ ।

आउँ-मासी परेकोमा

३ मासा कागतीको रसमा अफिम आधा रत्ति मिलाएर दूधसँग पिउने गर्नाले आउँ मासी ठिक हुन्छ ।

आगोले पोलेकोमा

आगाले पोलेकोमा तुरुन्तै काँचो आलु पिसी लगाइदिनु पोलेको घाउमा दाह पनि हुँदैन र सञ्जो पनि हुन्छ ।

कपाल कालो गराउनु परेमा

धनियौको रस र अमलाको रस खाने गर्ने र धनियौको रस टाउकोमा लगाएर नुहाउने गरेमा कपाल कालो र सुन्दर बनाइदिन्छ ।

अथवा- त्रिफला पानीले कपाल धुने (नुहाउने) गरेमा फैलो कपाल कालो हुँदै जान्छ ।

कपाल झर्ने गरेकोमा

तुलसीको पातको रस र सखर मिलाएर बेलुका सुत्ने बेलमा टाउकोमा लगाएर सुत्ने र बिहान उठेपछि मनतातो पानीले नुहाउने गरेमा कपाल झर्ने रोग ठिक हुँदै जान्छ ।

कपाल लामो गराउनु परेमा

अमलाको तेल १ किलोमा २०० ग्राम कफिको बीउ हालेर मन्द आगोमा पकाउने र तेल सेलाएपछि त्यो तेलले नुहाउने गरेमा कपाल बढ्न थाल्नेछ, साथै कैलो कपाल रहेछ भने पनि कालो हुँदै जान्छ ।

कफशूल भएकोमा

निमको बोक्राको काढा पानी पकाएर खाने गर्नाले कफशूल ठिक हुन्छ ।

कफ फटाल्नु (निकाल्नु) परेमा

मरीच पिसेर महसँग मिलाएर खाने गरेमा कफ फटाएर खोकी समेत निको हुन सक्छ ।

कलेजो र फियोको रोगमा

मूलाको बिउ ३ भासा र कागतीको रस मिलाएर प्रत्येक दिन खाने गर्नाले कलेजो र फियो बढेको ठिक गर्दछ ।

कब्जियतमा

१ तोला अमिलीको फल पानीमा पकाएर छात्रे र मिश्री मिलाएर खाने गर्नाले पेट फुल्ने र कब्जियत हुने दुवै रोगलाई नष्ट गर्दछ ।

अथवा- कब्जियतको रोगीले प्रत्येक दिन बिहान ५/६ ओटा पाकेको केरा खाने गरेमा कब्जियत रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- बिहान उठ्ने बित्तिकै र बेलुका सुत्ने बेलामा कागती र पानी खाने, भात खाने बेलामा प्याज, हरियो सागपात र प्रायः गरेर सुखा रोटी खाने गरेमा कब्जियत हट्दछ ।

कान न सुन्नेमा

बबूलको फूल, तोरीको तेलमा पकाएर कपडाले छानी सो तेल दिनमा ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान न सुन्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा - दालचिनीको तेल २/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान सुन्न थालिन्छ ।

कान पाकेकोमा

सूर्तीको पात भिजाउने र त्यसबाट आएको पानीलाई मनतातो पारेर तताउने र ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान पाक्ने रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा तिलको तेलमा सुकेको लसुनको पोटि डड्ने गरी

पकाउने र पकाएको - पाकेको तेल कपडाछान गरी कुनै सफा सिसीमा राख्नु । आवश्यकतामा कानको पीप सफा गर्न मिले सम्मन सफा गरेर ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा पाकेको कान हराउँदै-सञ्जो हुँदै जान्छ ।

अथवा - १ रत्ति निलोतुथो पिनेर तिलको तेलमा पकाएर कपडाछान गरी पाकेको कानमा ३/४ थोपा हाल्ने गरेमा कान पाकेको निको हुन्छ ।

काटेको घाउमा

दुबोको रस (बाक्लो गरी) लगाउनाले ठिक हुन्छ ।

अथवा- पोष्टकार्ड पोलेर त्यसको खरानी लगाए पनि काटेको घाउबाट रगत बग्नुबाट बचाई बिसेक गराउँछ ।

अथवा- आँकको बोक्रा पिसेर लेप लगाउनु ।

कालो छाला गोरो गराउनमा

आधा तोलाको मात्रा गरी दिनमा ३ पटकका हिसावले सेतो दुबो पिसेर नित्य लगाउने गर्नु ।

किरा परेको घाउमा

दिनको ३ पटक चरको दूध घाउमा हाल्ने गर्नु, घाउका किरा गृह हुन्छन् - मर्दछन् ।

घाउ - खटिरामा

जिउमा खटिरा आएको छ भने निम्को पात बोक्रा पिसेर लगाउनु

अलि अलि मालिस पनि गर्नु, १५-२० मिनेट पछि नुहाउने गर्नु । खटिराहरू हराउँदै जान थाल्नेछन् ।

खोकी र दममा

१ मासा आँकको फूल, १ मासा सिधेनून, ३ लाल अफिम, ३ मासा ज्वानो यी सबै मिलाएर पिसने र सानो केराउको जत्रो गोली बनाई ३/३ घण्टामा १-१ गोली तातो पानीसँग खाने गर्नाले खोकी र दम दुवै ठिक हुँदै जान्छ ।

टन्सिल भएकोमा

नून पानीले बिहान बेलुका कुल्ला गर्ने र शिलाजीत (घोटेर) लगाउने गरेमा टन्सिल रोग ठिक हुँदै जान्छ ।

टी. वी. रोगमा

तात्ततै गाईको गहुँत प्रत्येक दिन बिहान १/१ मानाको दरले खाने गरेमा टी. वी. रोग निर्मूल हुन्छ ।

(गाई भने भर्खरकी न बच्चा, न त बूढी र स्वस्थ - निरोगी भएकी हुनुपर्दछ) ।

बच्चाको टाउकोमा घाउ खटिरा आएमा

तामाको भाँडोमा एकमाना जति दही हालेर तीन दिन राख्ने र त्यही दहीले नुहाई दिए टाउकोको घाट खटिरा ठीक हुन्छ ।

पातलो दिशा लागेमा

प्याजको रसमा एक चिम्टी जति अफिम मिलाएर खाए पातलो दिशा ठीक हुन्छ ।

दैनिक प्रयोग हुनसक्ने केही औषधीहरू

मरीच -

संस्कृतमा मरीच, वेल्ज, कृष्ण, ऊषण र धर्मपत्तन, हिन्दीमा- मरीच, मिरच, गोलमरीच, कालीमिरच, दक्षिणी मरिच, गोलमिर्च, चोखा मिरच । बंगाली भाषामा मरीच, कत्रडमा - ओल्लेमेणसु, गुजरात मरि, मरितीखा, कालामरी, सिन्धिभाषामा गूलमिरीएँ, अरबीमा फिल्फिले अवीद, अंग्रेजीमा ब्लक पेपर । इत्यादि

मरीच अग्निदीपक, कफ तथा वायुनाशक, पित्तकारक, श्वास, शूल तथा कृमिरोग नाशक मानिन्छ । साथै सुगन्धित, उत्तेजक तथा पाचक पनि छ । यसको सेवनले पिशाब ज्यादा गराउँछ । सर्दी अवस्थामा चियाकासाथ या चियामा राखेर खाने गर्ना बूढा पुरानामानिसहरू मन पराउँदछन् । सुजाकको रोग भएमा यसको धूलोले विशेष लाभ गर्दछ । घिउको अपचमा मरिच लाभदायक हुन्छ । खोकीमा महर (विषमभाग) घिउका साथ सेवन गर्नाले ठीक गर्दछ । पुरानो रुघा आदिमा पनि गुड र दहीमा मिलाई सेवन गर्नाले आराम गर्दछ । उचित मात्राभन्दा ज्यादा भए पिशाब पोल्ने र वमन पनि गराउन सक्दछ ।

ज्वानो

हिन्दीमा अजवाइन, जवाइन । बं०-यमानी, यउयान, गु० - अजमा, यवान । ता० - अमन, फा० नानुखा, संस्कृतमा-यवानिका, उग्रगन्धा, ब्रह्मदर्भा, अजमोदिका, दीप्यका, दीप्या र अंग्रेजीमा - टी विशाप्स वीड । इत्यादि ।

ज्वानो- पाचक, रुचिकारक, पित्तवर्धक, तथा शुक्रशोषक

मानिएको छ । साथै उत्तेजक, कृमिनाशक, संक्रमण निरोधक, दुर्गन्धिनाशक, श्वास, कास नाश गर्नमा पनि प्रयोग गरिन्छ । यसको तेल पनि अनेक रोगमा लाभदायक मानिंदै आएको छ । पुरानो खोकीमा यसको प्रभावले कफ निकाली श्वास फेर्नमा सजिलो पार्दछ । अजीर्ण भएमा सिधेनून र ज्वानो मन्द आगोमा भुटेर पिसी छानेर शिसीमा राख्नु, आवश्यकतामा तातो पानीसँग सेवन गर्नाले लाभ गर्दछ ।

ज्वानोको अर्को विशेषता के छ भने यसले रक्सी खान छुटाउनमा धेरै सहयोग गर्दछ । जब रक्सी खान इच्छा हुन्छ, त्यसबखत ज्वानो चबाउनु ।

धनियाँ

संस्कृत - धान्यक, धानक, धान्य, धाना, धानेयक, कुनटी, धेनुका, छत्रा यी सबै धनियाँका पर्यायवाची शब्द हुन् । हिन्दी - धनियाँ, बं. - धने, कोथिबीर, गु० कोटमल्ली, फा०-कश्नीज, अंग्रेजीमा-कोरिअण्डर फ्रुट ।

धनियाँ - पिशाच ज्यादा लगाउने, दीपक, पाचक, दाहशामक र तिखाँ मेटाउने यी यसका गुण हुन् । ज्वरादिमा धनियाँको दानालाई पानीमा पकाई ठण्डा बनाएर मह या मिश्री मिलाएर पिउने गर्नाले ज्वरादिको दाह शान्त हुन्छ । धनियाँ पकाएको चोसो पानीले आँखा धुने गर्नाले आँखाको तेज बढ्दछ । काँचो धनियाँ पिसेर शिरमा लगाउनाले टाउको दुखेको आराम गर्दछ । दिमागलाई शान्त बनाउनमा मद्दत गर्दछ । पुरानो घाउ, पिलो सुनिएको आदिमा धनियाँ पिसी जौको पिठोमा मिलाएर लगाउने गर्नाले आराम गर्दछ । मात्राभन्दा अधिक खाने गरेमा पुरुषको कामशक्ति नष्ट हुन्छ, स्त्रीले

खाने गरेको भए मासिक श्राव रोक्न सक्छ । दालचिनी या यह खाए उक्त विकृतिबाट बच्न सकिन्छ ।

सौंफ

हि. सौंफ, ब० - मौरी, पानमौरी, क०-बडी सोपु, सब्सिगे, तामिलसोहिकिरे, शोम्बु, अरबी - एजियानज, असलुल, राजियाज, अं० फेब्रेल फ्रुट इत्यादि ।

सौंफ - सुगन्धी, दीपक, पाचक, दाहप्रशमन आदि यसका गुण हुन् । यसलाई पिसेर पानीकासाथ सेवन गरे पिशाव पोल्ने रोगबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ । अर्थात् पिशावको जलन शान्त भै पिशाव खुलाउँछ । सुखा खाँसीमा चबाउनाले मात्र पनि केही विसेक हुन थालिहाल्छ । सौंफलाई पिसेर (छानेर) बिहान उठ्ने बित्तिकै पानीसँग मिश्री पनि मिलाई पिउनाले दिशा पिशाव खुलाउनुका साथै दिमाग तरो-ताजा राख्दछ । शीत दुख्ने रोगमा पनि लाभ गर्दछ । सुत्केरी स्त्रीलाई अन्य औषधीहरूका साथ यो (सौंफ) पनि मिलाई खुवाउनाले गर्भाशय शुद्ध हुनुका साथै शरीरमा तागत दिनमा लाभ गर्दछ ।

मेथी

हि० - मेथी, पं०, बं०, म०, गु०-मेथी, ता०- मेंटुलु, मेति, फा० - तुखमशमलीत, अ० - बजुरुलहुल्वा, बजुरुलहल्बह, हुलबह, अं०-फेनुग्रीक, सं०- मेथिका, मेथिनी, मेथी, दीपनी, बहुपत्रिका, बोधिनी, बहुबीजा, जेयति, गन्ध फला, वल्लरी, चन्द्रिका, मन्था, मिश्रपुष्पा, कैरवी, कुञ्जिका, बहुपर्णी आदि यसका पर्यायवाची नाम हुन् ।

मेथी वायु शमन गर्नेवाला, कफ निकाल्ने, ज्वरो नाश गर्ने, गुग्गुलि, पाचक, बलवर्धक, वीर्यवर्धक, योनी सङ्कोचक, दूध बढाउने र मधुमेह नाश गर्नमा यसको विशेष गुण छ । मेथीको बीजको लड्डु बनाएर प्रसुताले खाने गरेमा धेरै किसिमका रोगहरू नाश गर्दछन् । साथै दिशा पिशाब खुलाउँछ । अजीर्ण, मन्दाग्नी, कामशक्तिको कमजोरी आदिमा पनि यसले उत्तिकै लाभ गर्दछ । छाला कमलो र राम्रो बनाउन, कपाल झर्ने रोग, शरीरको कुनै भाग दुखेमा, श्वेतप्रदर आदिमा पनि अनुपान मिलाएर प्रयोग गरेमा निकै लाभ गर्दछ ।

जेठिमधु

सं० - यष्टिमधु, क्लीतनक, हि०-मुलहठी, मुलेठी, मीठिलकडी, जेठिमध, ब० - यष्टिमधु, म०-जेष्टिमध, गु०-जेठीमध, ते०-यष्टिमधुकम्, ता०-अतिमधुरं, अ० - असलुसूस, अं०-लिकोरिस रूट इत्यादि ।

जेठिमधुमा निम्न गुण भएको पाइन्छ - आँखाको लागि हितकर, बल, वीर्य बढाउने, शरीर सुन्दर बनाउनमा प्रयोग गरिने, कपालको (शिरको) लागि हितकर, स्वर बसेको, घाँटी खस्खसाउने, कुनै कारणवश सानो (मसिनो) स्वर हुने, वात, कफ आदि हटाउने, वमन, तीर्खा र क्षयरोग नाश गर्नमा यो औषधी लाभदायक छ । पिशाब पोल्ने रोगहुनेहरूका लागि जेठिमधु खूब मसिनो गरी पिसी कपडछान गरी पानीमा भिजाउनु, बिहान उठ्नेबित्तिकै सनत्र पिउने गर्नाले अति नै लाभ गर्दछ । घाँटी बसेको, आवाज स्याउ स्याउ हुने वालाहरूले प्रतिदिन जेठीमधु चुसीरहने गर्नाले धेरै लाभ गर्दछ । यस अतिरिक्त अन्य रोगहरूमा पनि अनुपान मिलाएर सेवन गर्नु ।

बेसार

हि० हल्दी, हरदी, हलदी, बं०-हलुद, म०-हलद, गु०-हलदर, ता०मंजाल, फा०-जर्दबोब, अं० टर्मेरिक, सं० हरिद्रा, काञ्चनी, पीता, वरवर्णिनी, कृमिघ्नी, हल्दी, योधित्रीया र हडुविलासिनी । इत्यादि ।

बेसार उष्णवीर्य, कफ पित्त नाशक, प्रमेह, रक्तविकार, सुगन्धित, उन्नेजक, रक्तशोधक, वातहरण तथा विषघ्नका निमित्त उपयोगी छ । शरीरलाई सुन्दर बनाउन, घाउ आदिमा समेत उपयोगी छ । प्रमेहमा अमलाको रस, बेसार र महका साथ सेवन गर्नाले लाभ गर्दछ । श्वास, कासमा पनि अनुपान मिलाएर सेवन गर्नाले ठूलो लाभ गर्दछ । कुनै चोटपटक लागेमा काँचो बेसार पिसेर लगाउनाले ठिक गर्दछ । बेसार र तेल मिलाई शरीरमा घस्न गर्नाले शरीर चमकदार र कमलो बन्दछ । कसै कसैले काँचो बेसार पोली थिचेर चटनी पनि बनाउने गर्छन् ।

लसुन

हि० लहसुन, लसुन, बं० रसुन, म० लसूण, गु०लसण, अं०-गालिक, सं० लसुन, रसोन, उग्रगन्धा, महौषध, अरिष्ट, लम्बेच्छकन्द, यवनेष्ट र रसोनक ।

लसुनको वर्णन यत्र तत्र भएको पाइन्छ । लसुनले धातु, वीर्य बढाउँदछ । पाचक, घाँटीलाई हित गर्ने, भाँचिएको हड्डी जोड्न सक्ने, पित्त र रगत बढाउने, शरीरको वर्ण सुन्दर गराउन सक्ने, हृदयरोग, जीर्णज्वर, अरुचो, काँस, कुष्ठनाशक, कीरा, वायु, श्वास (दम), कफ नाशक छ । नित्य सेवन गर्ने गरेमा टी. वी. (हृदयरोग) रोग पनि नाश गर्ने भनिएको छ । वीर्य स्तम्भक यद्वा छिटो वीर्य स्रवण

हुनेवालाहरूले ४/५ ग्राम लभुनको रसमा मह मिलाई सेवन गर्ने गर्नाले चमत्कार देखाइदिने छ । यी अतिरिक्त यसका अन्य थुप्रै गुणहरू छन् । परन्तु धार्मिक ग्रन्थमा ब्राह्मणहरूका लागि (लहसुन, प्याज, च्याउ, छ्यापी गाजर आदि खानको लागि) राजसी एवं तामसी भएकोले अभक्ष्य बताइएको छ ।

प्याज

हि० - पियाज, प्याज, बं० - पेयाज, पं० - गण्डा, ता० - पेगन्ना, फा० - प्याज, ले० - एलियम, सिपा, अं० - ओनियन्, सं० - गलाण्डु, यवनेष्ट, दुर्गन्ध, पियाज । इत्यादि

प्याज - उत्तेजक, वीर्यवर्धक, बलवर्धक, कफ निकालनेवाला, मूत्रल (पिशाव ल्याउने), अग्नि बढाउने, वातादि रोग शामक मानिएको छ । यसको सेवनले कफ निकाली दूषित पित्त नाश गर्दछ । बच्चा एव बृद्धहरूको कफ बिग्रेमा-आउन नसेकोमा प्याजको रस र मह मिलाई खानु । वाजिकरणको लागि पनि यो उत्तिकै महौषध मानिएको छ । गिंजा सुत्रिएको हुँदा नुनका साथ दल्नु । कान दुखेमा प्याजको रस मनतातो तताई (छानी) कानमा हाल्ने गर्नाले निको हुन्छ । आँखाको जालोमा प्याजको रस र मह मिलाई प्रयोग गर्नु ।

भाङ

हि० - भाँग, भंग, बं० - सिद्धि, म० पं० - भांग, सं०-भङ्गा, गङ्गा, मातुलानी, मादिनी, विजया र जया ।

भाङ र गाँजामा प्रायः एकेकै गुण हुन्छ, तर गाँजाको अपेक्षा भाङमा अझ केही विशेषता पाइन्छ । भाङले कफ हटाउँछ, पाचक,

पित्त बढाउने, उत्तेजक एवं निद्राकारक, शान्तिकारक, शुष्कावर्धक, योनीसंकोचक, मूत्रल (पिशाच खुलाउने, लगाउने) बल वीर्यवर्धक, बाजिकर छ । ठीक मात्रामा सेवन गरे धेरै धेरै लाभ गर्दछ । कुनै पनि काममा एकाग्रता ल्याउँछ, चित्तमा शान्ति बनाउँदछ, समयको त्यति ख्याल रहँदैन । मानौं समय बढा आनन्दले बितिरहेको जस्तो पारिदिन्छ । मीठो निंद लगाउँछ । थकाई भन्ने थाहा पाउन सकिंदैन । यसको चूर्ण बनाएर पानीमा पिसी योनीमा लगाउनाले योनी साँधुरो पार्दछ । अश्वगन्धा शतावरी, गोखुर आदिको चूर्णका साथ अलिकता (थोरै) (केराउको दाना जति) भाइको चूर्ण पनि मिलाई मिश्री या चिनी मिलाएको दूधसँग खाने गरेमा संभोगमा अपूर्व आनन्द प्राप्त गराइदिन्छ । (यो औषधी खाइ संभोग गर्नु छ भने औषधी खाएको ३०/३५ मिनेट पछि मात्र संभोग गर्नु), संसारका अरू कुनै पनि चीजहरू फिका लागेको जस्तो गराउँदछ । तर मात्राभन्दा अधिक सेवन गरे वमन, हृदयमा कम्पन, शीरदर्द, स्मरण शक्ति नाश, कुनै प्रकारको डर र बकबक् आदि बोल्ने गराउँछ ।

अश्वगन्ध

हि० - असगन्ध, अश्वगन्धा, नागोरी, बं० - अश्वगन्धा, असकन्द, गु० - आसन्ध, अं० - विंटरचेरी, सं० अश्वगन्धा, वाजिगन्धा । इत्यादि ।

अश्वगन्धा - तीतो, टर्रो, बलवर्धक र अत्यन्त वीर्यवर्धक, रसायन, वात, पित्त, कफनाशक तथा क्षयरोगनाशक मानिएको छ । यसको चूर्ण बच्चाहरूका लागि पनि पौष्टिक तत्त्वको रूपमा दिन सकिन्छ । स्त्रीहरूले सेवन गरेमा कट्टी दुख्ने, श्वेतप्रदर आदि रोग हटाउँछ । युवकहरूका लागि त महौषधि नै हो । वीर्य न हुनु वा पातलो हुनु आदि रोग निर्मूल पार्दछ । साथै संभोगमा वीर्य छिटो स्खलित

हुनेहरूले अश्वगन्धको चूर्ण लगातार केही महिनासम्म सेवन गरे जिन्दगीको मजा भरपूर लुट्न (लिन) सक्नेछन् । आफुले औषधी बनाउन झञ्झट लागे आयुर्वेद औषधालयहरूमा अश्वगन्धा चूर्ण नामले प्राप्त गर्नसकिन्छ ।

यसको वर्णन यस कागजको पत्रामा लेख्न अपूर्ण नै हुनेछ, जति मजा औषधीको सेवनबाट संभोगको पूर्ण आनन्द प्राप्त गरियोस् । यद्यपि - शि. भा. को मात्र २ श्लोक उदाहरणार्थ प्रस्तुत गरिन्छ-

मोतीभस्म बराबरी हित हुने यो अश्वगन्धादि हो
थोरै खर्च गरेर मोज मिलने भन्छु म हे भाइ हो ।
धातू पुष्ट हुनेछ बाजिकरणै हो एही हे सज्जन !
एति औषधि खाइ हेरि अइना आई मलाई भन ॥
धेरै स्त्रीसित भोग भैकन पनी इच्छा हुने हुन्छ यो
स्त्रीको संगम छाडि औषधि लिए बूढो जवानी भयो ।
चाऊरी पनि पार्दैन, रउँ ता फुल्दैन कत्ती त यो
जीउ पुष्ट हुने बहूत बढिया श्रीशार्ङ्गधर्मा छ यो ॥

इन्द्रेणी

हि० - इनारुन, इन्द्रायण, इन्द्रायन, बं० - राखालशा, म० - इन्द्रावण, कडुवृन्दावन, कडुइन्द्रायण, गु० - इन्द्रवरणा, इनद्रावणा, ता० - पेयक्कूमुट्टी, पेटिकारी, फा० - खुरबुज एतल्लव, अं० - कालोसिन्ध, सं० - ऐन्द्री, इन्द्रवारुणी, चित्रा, गवाक्षी, गवादनी, वारुणी इत्यादि । भावप्रकाशमा इन्द्रेनीलाई २ किसिमको बताइएको छ- सानो इन्द्रेणी र ठूलो इन्द्रेणी । जे होस् गुण उपयोगको दृष्टिले करीब करीब समान छ ।

इन्द्रेणी - स्वादमा तीतो, उष्णवीर्य, कफ, पित्त, प्लीहा, उदररोग,

श्वास, कास, कुष्ठ, घाउ, प्रमेह, मूढगर्भ (पेटभित्रै बच्चा भरेको),
गाँडोग र विषनाशक मानिएको छ । साथै कब्जियत भएकोमा १
२ रत्ति सेवन गर्नाले ३/४ घण्टामा नै पानी जस्तो दिशा निकालिदिन्छ ।
यसले पिशाब पनि खुलाउँदछ, तर यसको लागि प्रयोग गर्ने गरेको
थाहा पाइएको छैन । गर्भपात गराउनमा पनि प्रयोग हुन्छ, तर यसमा
विषैलाभाग ०.६.१ ग्राम र घातक मात्रा ४ ग्राम जति हुन्छ भनेर
वनस्पति विशेषज्ञहरूको भनाइ छ र कुनै एक स्त्रीले गर्भपतन
गराउनका लागि ६० रत्तिको मात्रा गरी सेवन गरी, परन्तु गर्भको
बच्चा निक्कलनु भन्दा ३/४ घण्टा पहिले नै भित्रै उसको मृत्यु भयो
भनेर भावप्रकाश निघण्टुकारले उल्लेख गरेका छन् । इन्द्रेणी थुनिलो
भएकोमा पनि प्रयोग गरिन्छ । इन्द्रेणीको जरो घोट्टेर थुनिलोमा
लगाउनाले कुनै पनिको थुनिलो आराम हुन्छ ।

अपामार्ग

हि० - चिरचिरा, लटजीरा, चिचिरी, चिचडा, म० आ० घाडा,
ब० आपांग, गु० अधेडो, क० उत्तरणी, ते० अपामार्गमु, ता०
नायुरुचि, अं० दीप्रिल्की चफफलावर, सं० अपामार्ग, शिखरी,
अधः शल्यः, भयूरक, मर्कटी, दुर्ग्रहा, किणिही, खरमञ्जरी इत्यादि ।

अपामार्ग - उष्ण, तीक्ष्ण, कटु, दीपन, पाचक, पित्तविरेचक,
वमनकारक, कफ, विष, कीटाणुनाशक, अम्लतानाशक र मूत्र
विरेचक (खुलाउने) मानिएको छ । साथै शूल, जलोदर, अपच,
छालाको विकार, कुष्ठ एवं सर्पको विषनाशक पनि छ । अपच,
आमाशयको खराबी यद्वा पौडादिमा भोजन गर्नुभन्दा पहिले प्रयोग
गर्नु । मूत्रेन्द्रिय विकार एवं जलोदरमा मुलेठी जेठिमधु र गोखरुका
साथ प्रयोग गर्नु । पुरानो खोकी (कफ न निक्कलनेमा पिपला, घिउ
था महसँग प्रयोग गरेमा कफ पातलो भएर निक्कन्छ) ।

सर्पले, बिच्छि, मूषो या बौलाहा कुकूरले टोकेकोमा अपामार्गको मूल, पञ्चाङ्ग या बीजलाई पिसी पिसी टोकेको ठाउँमा लेप गरिदिने र अलिकता खुवाउने (खाने) पनि गर्नु । आँखाको फूलोमा यसको जरो धोई पखाली पिसी छानी महसँग मिलाई आँखामा लगाउनु । दाँत दुखेमा, गीँजा सुत्रिएकोमा दतिवन गर्ने गर्नु, अपामार्ग पकाई सो पानीले कुल्ला गर्नु । कान दुखेमा, बहिरोपनमा अपामार्ग पिसी छानी मनतातो गरी पकाई कानमा राख्नु । रक्तश्रावमा पनि उपरोक्त तरिकाले खान दिनु । अपामार्गको बीज (भित्रको चामल) दुधमा खीर पकाई पेटभर खानाले २०/२२ दिनसम्म भोकै लाग्दैन रे ! ।

तालमखाना

हि० - तालमखाना, बं० - कुलियाखारा, कुलेखाडा, गु० - एखरो, म० - तालीखाना, ता० - निरमुन्नी, सं० - कोकिलाक्ष, कोकेशु, इक्षुर, क्षुरक, क्षुर, भिक्षु, काण्डेशु, इक्षुगन्धा र इक्षुबालिका - इत्यादि ॥

तालमखाना - शीतल, मधुर, शुक्रशोधन, वात, आम, अश्मरी (पथरी), तृषा, दृष्टि रोग र वातरक्तको नाशक मानिएको छ साथै बल, वीर्य बढाउने र पिशाब खुलाउने समेत शक्तिको रूपमा लिइन्छ । यसको उपयोग जलोदर, मूत्रकृच्छ, कामला र जननेन्द्रिय विकारको लागि पनि प्रयोग गरिन्छ ।

माथिका प्रायः सबै रोगमा अनुपान भदेलै प्रयोग गर्नु, कास (खोकी)मा यसको पात प्रयोग गरिन्छ । सन्धि (जोर्नी आदि) दुखेमा पात पिसी लेप गर्नु । वाजिकरणको लागि काँच र मिश्री समेत मिलाई धारोष्ण दूधमा बिहान बेलुकी नित्य सेवन गर्नु ।

घ्यूकुमारी

हि० घीकुआँर, ग्वारपाठा, घीग्वार, क्वारपाटी, बं० घृतकुमारी,

गु० कुँवार, ता० - कत्तलै, अ०-तसन्वार अलसी सं० कुमारी, गृहकन्या, कन्या, धृतकुमारी इत्यादि

गुण - दिशा खलौंस गराउन, शीतल, तीतो, आँखाको लागि हितकर, रसायन, बलवीर्यवर्धक, वात पित्तवर्द्धक, आगाले पोलेको, गर्मीले पिशाव पोल्ने, टाउको दुःखेको आदिमा प्रयोग गरिन्छ । पिशाव पोलेको र दिशा कब्जित हुने गरेको छ भने बिहान उठ्ने बित्तिकै घ्यूकुमारीका पातको बोक्रा फाली मिश्री र दही समेत मिलाएर सेवन गर्नाले फाइदा गर्दछ । दही, मिश्री न मिलेमा त्यत्तिकै ब्रै न राखीकन पनि प्रयोग गरे हुन्छ । मात्राभन्दा अधिक सेवन गर्नाले वमन गराउने र अमिलचुकी गराउँछ । पोलेमा गुदी लगाउनु राम्रो गर्छ शीतल गर्छ ।

शङ्खपुष्पी

हि० शङ्खादुली, शङ्खपुष्पी, सं०-शङ्खपुष्पी, शङ्खाहा, मङ्गल्य कुसुमा, इत्यादि ।

शङ्खपुष्पी बुद्धिदिनेवाला, बल, वीर्यवर्धक, मानसरोग-उन्माद, अनिद्रा, भ्रम एवं विषमनाशक प्रयोग गरिन्छ, यसको जरोको रस कब्जित तथा विष नाशको लागि दिइन्छ, मूत्रकृच्छ, शुक्रदौर्बल्य गर्भाशयदौर्बल्य, रक्तश्राव आदिमा पनि यसको पातको स्वरस दिने गर्दछन्, पागलपनमा विशेष लाभदायक छ । यसको सुकेको पातको धुप्रपानले पुरानो खोकी तथा दममा पनि प्रयोग गरे राम्रो गर्दछ ।

बजारमा यो औषधीको शंखपुष्पी (सिरफ) को नामले बिक्री हुन्छ ।

मौलसिरी

हि० मौलसिरी, ब० - बकुल, म० बकुल, औबली, सं० - शिवमल्ली, पाशुपत, एकाष्टील, वक आदि ।

वात, कफ, पित्त, विष, योनिशूल, तृषा, दाह, कुष्ठ, रक्तविकारादि नाशक छ, सुकेको फूलको नश लिनाले शीरशूल नाश हुन्छ, यसको बोक्रा सेवनले वाजिकरण र दतिवन गर्नाले दाँत बलियो (मजबूत) हुन्छी

डुम्री

हि० - गुलर, गुल्श, बं. - यज्ञ डुमुर, म० - उम्बर, गु० - उम्बरो, ऊमरहो, क० - अतिभर, सं० - उदुम्बर, जन्तुफल, यज्ञाङ्ग, रहेमदुग्धक इत्यादि ।

गुण - कफ, पित्त तथा रक्तविकार नाश गर्नेवाला, मधुर, शरीर-लाई राम्रो गराउन सक्ने, शीतल घाउको मासु भरनेवाला तथा पौष्टिकदायक छ । यसको बोक्रामा वीर्य स्तम्भन गर्ने क्षमता छ, पाकेको फल शीतल तथा स्तम्भक, रगत बनाउनेवाला शक्ति हुन्छ । सबै किसिमका रक्तपित्त, रक्तप्रदर, अत्यार्तव, आसन्न गर्भपात, रक्तप्रमेह आदिमा यसको फल तथा बोक्राको प्रयोग गरिन्छ ।

मधुमेहमा यसको फल वा जराको रसदिनाले (सेवन गर्नाले) लाभ गर्दछ । आउँमा पनि जराको रस प्रयोग गरिन्छ । पौष्टिक तथा वाजिकरका लागि यसको फल र मिश्री बिहान बेलुकी दूध वा तातो पानीसँग सेवन गर्नु ।

शिरीष

हि० - सिरस, सिरिस, बं० - शिरीषगाछ, म० - शिरस, चिचोला, गु० - सरसडो, काकीयो सरस, क० - वागेमर, सं० - शिरीष, मण्डिल, भण्डी, भण्डीर, कपीतन, शुकुपुष्प, शुकतरु, मृदुपुष्प र शुकप्रीय - इत्यादि ।

गुण मधुर, तिक्त, कषाय रसयुक्त, केही गरम स्वभाव, खोकी, घाउ र विषनाशक हुन्छ । साथै वात, पित्त, कफनाशक, परम पौष्टिक, एवं बाजिकर मानिएको छ । शुक्रस्तम्भनको लागि फूलको प्रयोग गर्नु । वीर्य गाढा बनाउनको लागि बीज, मिश्री र दूधको सेवन गर्नु । बोक्राको चूर्ण र घिउको सेवन शरीर पुष्टि हुन्छ । बोक्रालाई थिच्थाच् पासी पानीमा पकाई सो पानीले कुझ्ना गर्नाले दाँत बलियो हुन्छ । गण्डमाला (गाँड) मा यसको बिउ पिसेर लगाउने र केही खाने गर्नाले लाभ गर्दछ । राती आँखा न देख्ने (रतोंधो) रोगमा यसको पात पानीमा पकाई केही सेवन गर्ने र केही आँखा धुने गर्नु ।

रीठा

हि० रीठा, बं० रीठेगाछ, म० रीठा, गु० - अरीठा, ते० - कुंकुडु, अं० - सोपनट ट्री आफ नार्थ इन्डिया, सं० - अरिष्टक, मङ्गल्य, कुष्णावर्ण, अर्थसाधन, रक्तबीज, पीतफेन, फेनिल, र गर्भपातन इत्यादि

गुण - त्रिदोष, ग्रहबाधा हटाउने, विषघ्न, कफनाशक, वमन (उल्टी) गराउने, एवं वातरोगनाशक मानिएको छ । ज्यादा प्रयोग गर्नाले दिशा पातलो गराउने र वमन पनि छिटो गराउँदछ, कुनै कुनै रोगहरूमा वमन गराउनु पयो भने या विषसेवन गरेको अवस्थामा यसको प्रयोगले छिटो काम दिन्छ, अरू कुनै विषालु जीवले टोकेमा पनि यसको लेप गर्नाले राम्रो गर्दछ । यसको बीजले गर्भपतन गराउँदछ, अतः गर्भवती स्त्रीहरूले यसको प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

पलाँश

हि० - डाक, पलाश, परास, टेसु, बं० - पलाश गाछ, म० - पलस, गु० - खाखरो, ता० पलासु, अं० - द फरेष्ट प्लेम, सं०

पलाश, किंशुक, पर्ण, यज्ञिय, रक्तपुष्पक, क्षारश्रेष्ठ, वातपोथ, ब्रह्मवृक्ष तथा समिद्धर ।

गुण - टर्षो, कटु तथा तीतो रस, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक, गरम प्रकृति, भौँच्चिएको हड्डी जोड्न सक्ने, वातादि दोष, बवासीर, क्रिमी आदि नाशक मानिएको छ । कब्जियतमा बोक्रा सहितको बीज सेवन गर्नाले दिशा पातलो गराउँछ, पिशाव रोकिएमा फूलको पहेँलो भाग पिसी पियाइदिनाले लाभ गर्दछ, यसको फूलको भस्म बनाई स्त्रीहरूले सेवन गरेमा परिवार नियोजन हुन्छ । अरू पनि यसका धेरै लाभ छन् ।

सिमल

हि० - सेमर, सेमल, बं० - शिमुल गाछ, रक्ती सिमुल, म० - काँटे सांवर, गु० - सेमलो, सिमुली, ता० - शालवधु, मा० - शेमल, सरमलो, अं० - सिल्क काटनट्टी, सं० - शाल्मलि, मोचा, पिच्छला, पूरणा, रक्तपुष्पा, स्थिरायु, कण्टकाढ्या र तुलिनी इत्यादि

गुण - सिमल, मुसली - पुरुषहरूका लागि अति नै महत्त्वपूर्ण छ, यसमा - पौष्टिक, वीर्यवर्धक, झट्टै बुढापा आउन न दिने (वयः स्थापक) तत्त्व एवं उत्तेजक छ, । यसको १ तोला चूर्ण, १ तोला मिश्री, १० तोला जल या दूधसँग सेवन गर्नाले अपूर्व वाजिकरण छ । स्त्री-लम्पटिहरूले यसको नित्य सेवन गर्नु लाभदायक छ । कोमलफल पिशाव लगाउँछ तथा मूत्रकृच्छमा लाभदायक छ । जोर्नीहरू सुनिए दुःखेमा पात पिसेर लाउनु । डण्डीफोर आदिमा यसको काँढा पिसेर लगाउनाले लाभ गर्दछ ।

छतिवन

हि० छतिवन, सतौना, सतिवन, सतवन, बं० - छातिम, म० - सातवीण, गु० - सातवण, क० - हाले, ते० - एडाकुलरी, ता० -

एलिलैप्पालै, सं० सप्तपर्ण, विशालत्वक, शान्दा, विषमच्छद
इत्यादि ।

गुण - यसको ब्रोक्रा तितो, पौष्टिक, टर्से, स्तम्भक, कृमी नाशक,
दीपन एवं कुष्ठनाशक छ । यसको प्रयोग ज्वर, विषमज्वर, अतिसार,
प्रवाहिका एवं चर्मरोगमा पनि प्रयोग गरिन्छ । कुनै कुनै स्त्रीहरूले
यसको ब्रोक्रा पिसी छानी सेवन गरेर २-३ महिनाको गर्भ गिराउनमा
पनि प्रयोग गर्दछन् ।

केरा

हि० - केला, कदली, केरा, बं० कोला, कला, केला, म०
केल, गु० - केला, ते० - अरटि, ता० - वालै, फा० - मोज, मोझ,
अं० - प्लनटेन, बनाना, सं० - कदली वारणा, मोचा, अम्बुसारा तथा
अंशुमतिफला आदि ।

गुण - पाकेको केरा बलबर्धक, रक्तपित्तशामक, संग्राहक छ,
यसले रगत बढाउन मद्दत गर्दछ । मालभोगको पाकेको ३ कोसा
केराका साथ मनतातो भित्री या चिनी मिलाएको दूध नित्य सेवन
गर्नाले दुब्लो मानिस मोटो हुन्छ भन्ने भनाइ छ । यसको काँचो फल
मधुमेहमा लाभदायक छ । केराको विशेष गुण 'मालभोग' जातको
केरामा नै छ ।

नरिवल

हि० - नारियल, नरियल, गरी, गिरी, बं० - नारिकेल, डाब,
फत्र० - जोज, नारगील, अ० - नाजिल, अं० - काकोनट, सं० - नारिकेल,
दूढफल, लाङ्गली, कूर्चशीर्षक, तुङ्ग, स्कन्धफल, तृणराज तथा
सदाफल इत्यादि ।

गुण— शीतल, हिलो पाच्य हुनेवाला, रसरक्तादि वर्धक, बलकारक, वात पित्त, रक्तविकार तथा दाहनाशक मानिएको छ, नरिवलको जल-स्वादित्थ, शीतल, हृदयलाई हितकर, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक तथा प्यास एवं पित्तनाशक मानिएको छ ।

यसबाट बनाइएको रक्सि दाहनाशक, पिशाब लगाउने, बलवर्धक, निद्राकारक, वाजीकरण हुन्छ । यसको तेल शिर सेगको लागि राम्रो गर्दछ, कैलो कपाल कालो गराउँदछ, दिमाग स्वच्छ बनाउँछ ।

तरबूजा

हि०- तरबूज, तरबूजा, वं०- तरमूज, म०- कलिंगड, गु०- तडबूज, फा०- हिन्दवाना, हिन्ददानह, अं०- वाटरमेलन्, सं०- कालिन्द, कृष्णबीज, कालिङ्ग र सुवर्तुल इत्यादि ।

काँचो तरबूजाको गुण- शीतल, छिटो पाच्य न हुने, पित्त-नाशक, आँखाको ज्योति, शक्ति र वीर्यनाशक हुन्छ भने पाकेको तरबूजामा शीतल, पिशाब लगाउने, बल-वीर्यवर्धक, कफ, वात-नाशक यसमा गुण छन् ।

खरबूजा

हि०- खरबूज, खरबूजा, खर्बूजा, चिबुड, बं०- खरमूजा, गु०- तलियाशकरटेटी, तलियाभीमडा, ते०- खरबूज, क०- षडभुजा, फा०- खरपूजह, खरपुजा, अं०- मेलन्, सं०- दशाङ्गुल र खर्बूजा ।

गुण- अत्यन्त स्वादिष्ट, मूत्रजनन, बलकारक, दिशा सफा गर्ने, शीतल, वीर्यवर्धक, पित्त एवं वायु नाशक र मूत्रकृच्छ्रमा लाभदायक मानिएको छ । यो सेवन गरेको करीब एक घण्टासम्म पानी पिउन हुन्न भन्ने बूढा पुरानाहरूको भनाइ छ ।

काँक्रो

हि० खीरा, वालमखीरा, बं०-क्षीरा, शशा, म० तौसे, क०-तसेथकायि, गु०-तासली, फा०-शियार खुर्द, खयार, वावरङ्ग, अं०-क्युकुम्बर. सं०-त्रपुन, कण्टकिफल, सुधावास र सुशीतल इत्यादि ।

काँक्रोको नयाँ फल स्वादिष्ट, शीतल एवं प्यास, क्लान्ति, दाह तथा पित्तनाशक हुन्छ, साथै रक्तपित्त पनि नाश गर्दछ ।

पाकेको काँक्रोले पित्तकारक, कफ, यातनाशक एवं अभिला हुन्छ । यसको बीजले मूत्रकारक, पित्त, रक्तविकार तथा मूत्रकृच्छ नाश गर्दछ ।

सुपारी

हि०- सुपारी, सोपारी, सुपाडी, कसेली, बं०-शुपारी, सुपारी, म०- सुपारी, पोफल, गु०- सोपारी, ता० कमुगु, क०-कडि, अडिके, ते०- पोका, फा०- पोफिल, अं०-चेटल् नट् पाम, सं०-घोरण्ट, पूगी, पूग, गुवाक र क्रमुक इत्यादि ।

गुण- शीत, रुक्ष, टर्रो, मुखशुद्धिकर, वीर्यवर्धक एवं किटाणुनाशक मानिएको छ । काँचो (ताजो) सुपारी मादक एवं चक्कर लगाउने हुन्छ र वात नाडीलाई बल प्रदान गर्ने, रज प्रवर्तक हुन्छ । यो चबाउनाले उत्तेजना हुन्छ, मन प्रसन्न रहन्छ, यसको उपयोग अतिसार, कृमि तथा मूत्र विकारमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । सुपारी जलाएर यसको धूलो (चूर्ण) मज्जन गर्नाले दाँत बलिया हुन्छन् । रक्तमिश्रित आउँ भासीमा सुपारी पिसेर दिनाले (सेवन गर्नाले) ठीक गर्दछ । खाना खाएपछि नित्य १ टुक्रा सेवन गर्नाले भोजन पाच्य गराउँछ । परन्तु खाली पेट खानाले हानी गर्दछ भन्ने धेरैको भनाइ छ ।

सद्यैभर सेवन गर्नाले क्यान्सर हुने संभावना हुन्छ भनेर भावप्रकाशका टीकाकारले व्यक्त गरेका छन् ।

कुचिला

हि०- कुचला, कुचिला, बं० कुचिला, म० काजरा, गु०- झेर कौचला, क० कंजि, हेमुष्टि, कासर, ते०- मुसिडे, ता०- एट्टेमारं, काकोठी, फा०- कुचूला, फुलूसंमाही, इजराकी, अं०-पाइजन नट ट्री, नक्स-बोमिका टी, सं०- तिन्दुक, जलद, दीर्घपत्रक, कुपील, कुलक, काकतिन्दुक, काकपीलुक, काकेन्दु, विषदिन्दुर मर्कटतिन्दुक इत्यादि ।

गुण- यो कटु, तिक्त, उष्ण, दीपन, पाचन, उत्तेजक, बल-वर्धक एवं बाजिकरण गर्दछ, । साथै कफ, पित्त, वातरोगनाशक, अत्यन्त व्यथा नष्टकारक र हृदयको दुर्बलतामा पनि लाभदायक छ ।

यसको चूर्ण पानीकासाथ सेवन गर्नाले भोक जगाउँछ । बच्चाहरूले ओछ्यानमा पिसाब गरेमा पनि यसको सेवनले ठीक गर्दछ । हस्तमैथुन, अतिमैथुनको नपुंसकतामा पनि यसले केही ठीक गर्दछ, बाजिकरणको लागि कुचला, लौह भस्म एवं मरिच मिलाएर सेवन गर्नु । शीघ्रपतनमा पनि यसले कृत्रिम लाभ गर्दछ ।

चेतावनि-यो विषैला चीज हो, मात्राभन्दा अधिक सेवन गरेमा रोगीको मृत्युतक हुन सक्छ । यस्तो परिहालेमा कुनै तरहले वमन गराएर अन्य कुनै औषधि पनि दिनु पर्दछ । सम्भव भएसम्म ४० वर्ष-भन्दा कम उमेरकोले यो औषधी प्रयोग न गर्नु बढिया हुनेछ ।

पानीअमला

हि० पानी आमला, पानी आंवाड, बं०- पानिआमला, म०-

पान आंवला, तांबर । गु० तालिसपत्र, अं० पनियाला प्लम, सं० प्राचीनामलक तथा पानीयामलक ।

गुण— त्रिदोष तथा ज्वर नाशक, वमननाशक, दन्तशूल तथा गीँजा दुःखेमा, गीँजाबाट रगत आएमा यसको पात र फल पिसेर छात्रु र सो पानीले कुल्ला गर्नाले आराम गर्दछ । यो माटोभिन्न फल्दछ, यो फल खानाल तिर्था भेटाउँछ, भोक अनार जगाउँछ पनि ।

अनार

हि०- अनार, दाडिम, बं०-दाडिम, डालिम गाछ, म०- डालिम्ब, गु०- दाडिम, कु०- दालिम्ब, ते०- दालिम्बकाया, ता०- मादलै, मडलै, मडलम, अं० पोमेग्रेनेट्, सं०- दाडिम, करक, दन्तबीज र लोहितपुष्पक आदि ।

गुण— अग्निदीपक, रुचिजनक, छिटो पाच्य हुने, केही पित्तकारक, मीठो, रक्तशोधक र शीतल हुन्छ । यसको बोकाले कीटाणुनाश गर्दछ । यसको बोक्रा पिसेर पानीमा पकाएर सेवन गर्नाले अतिसार र संग्रहणीमा पनि लाभ गर्दछ । स्त्रीको स्तन लत्रेमा यसको बोक्रा खूब मैदा गरी पिसेर स्तनमा लगाउनाले स्तन सुन्दर तथा साहारे हुन्छ भन्ने ग्रन्थान्तरमा उल्लिखित छ ।

बदाम

हि० बादाम, बदाम, बं० बादाम, म०- बदाम, गु०- बदाम, ते०- बदाम, ता०- बडुमै, फा०- बदाम, अं०- आलमण्ड (Almond), सं०- वाताद, वातवैरी, नेत्रोपमफल इत्यादि ।

गुण— मधुर, वीर्यवर्धक, कफपित्तकारक, छिटो पाच्य हुने, बलवर्धक, वातनाशक एवं उत्तेजक मानिएको छ । बदाम रातभर

पानीमा भिजाएर भोलिपल्ट केहीबेर पकाएर सेवन गर्नाले श्वास एवं मूत्रसम्बन्धी रोगमा लाभ गर्दछ, साथै मधुमेह र स्त्रीहरूको कट्टि दुख्ने, श्वेतप्रदरमा पनि लाभदायक हुन्छ ।

कागती

हि०- नींबू, कागजी निंबु, बं० - कागदी लेंबु, पति लेंबु, म०- लिंबु, गु० लींबु, कागदी लीम्बु, ता० - एलिमिच्चै, क० लिम्बे, ते०- निम्म पंडु, अं०- लाइम् (Lime), लेमन, सं०- निम्बू, निम्बुक, निम्बूक इत्यादि ।

गुण - अमिलो, अग्निदीपक, पाचक, छिटो हजम हुने, वात-नाशक, कीटाणुनाशक, उदरपीडा, ग्रह बाधा नाश गर्ने, वात, पित्त, कफ र शूल रोगनाशक, अजीर्णमा लाभदायक छ । रक्तपित्त, ज्वर, अतिसार, वमन र पित्तको विकृतिमा रस दिइन्छ । यसका अरू पनि धेरै धेरै लाभ छन् । समयाभावले सबै योग- औषधी विवरण दिन सकिएन । परन्तु जाने बुझ्नेकाले यसको अनेक उपयोगमा ल्याउँदै गरिआएका नै छन् ।

अमिली

हि०- इमली, बं०- तेंतुल, म०- चिञ्च, क०-हुणिसे, गु०- आंवली, ते०- चिंत, ता० पुलि, फा०- तिमिर हिन्दी, अं०- टेमरिड ट्री, सं०- अम्लिका, चुक्रिका, अम्ली, चुक्रा, दन्तशठा, अम्ला, चिञ्चिका, चिञ्चा, तित्तिडीका र तित्तिडी इत्यादि ।

इमली (अमिली) को रुख प्रायः सर्वत्र नै पाइन्छ र यसको रुख ठूलो हुन्छ ।

गुण- तिर्खानाशक, रोचक, सौम्य, विरेचक हुन्छ । ज्वर एवं

दाहमा अनुपान भेदले दिनाले ठीक गर्दछ । मन्दाग्नीमा यसको सुकेको फलको बोक्रा या फल डढाई भस्म पारी दिइन्छ । सुजाकमा यसको प्रकारले प्रयोग गर्न सकिन्छ । घाउमा यसको पात पिसेर लाउनु । प्रमेहमा पनि यसले ठीक गर्दछ । वीर्यस्तम्भनको लागि यसको निकै ठूलो योगदान रहेको पाइन्छ, यसको बीजलाई भिजाउनु, ३-४ दिन पछि ढाँकेर बोक्रा प्याँकी पिसी गुड मिलाएर संभोग गर्नु भन्दा १ डेड घन्टा पहिले सेवन गर्नु । अती नै राम्रो गर्दछ ।

लौह भस्म

लौहलाई संशोधन भस्म गरेर प्रयोगमा ल्याउन इञ्जस्ट होला, परन्तु जहिले पनि संशोधन गरेर मात्र यसको सेवन गर्नुपर्दछ । आयुर्वेद औषधालयहरूमा यसको संशोधित भस्म उपलब्ध हुन्छ—जसमा लौह भस्म साधारण, शतपुटी, सहस्रपुटी र कान्तलौह नामले कहिन्छन् ।

गुण— तिक्त, भधुर, कषाययुक्त, सारक, शीतल, उष्ण, गुरु, रक्ष, आयु स्थिर राख्ने, आँखाको लागि हितकर, कफ, पित्त, शूल, शोध, अशं, प्लीहा, पिलिया, प्रमेह, कीटाणु तथा कुष्ठ नाश गर्दछ । साथै बल, वीर्य बढाई बाजिकरण समेत गर्दछ । यसको जति वर्णन छ; अझ त्यो भन्दा ज्यादा संशोधन न गरिएको लौह भस्मले हानि गर्दछ । लौह भस्म सेवन गर्ने व्यक्तिले कुभिण्डो, तिलको तेल, मासको दाल, मदिरा, अभिलो हुने कुनै पनि पदार्थ सेवन गर्नुहुँदैन, अन्य समयको अपेक्षा जाडोका समयमा सेवन विशेष लाभदायक छ ।

वर्णनमा आएका अन्य कैयौँ भस्महरू छन्, ती सब नाम उल्लेख गर्न मात्र पनि समय लाग्ने हुनाले केही संक्षिप्त जानकारी मात्र दिने छौँ ।

स्वर्ण भस्म, स्वर्ण माक्षिक भस्म, ताम्र भस्म, काँस्य भस्म, हिङ्गुल अश्रक, मैनसिल, हरिताल, इत्यादि अनेक भस्म-नाम छन् यिनका वर्णन हामी अर्को भागमा उल्लेख गर्ने छौं । यसमध्ये काँचो सिन्दुर, अन्य रोगमा अलावा हड्ढि टुटे फुटेमा र रोगी मर्म परी लोटेको छ भने काँचो सिम्रिक रोगीलाई दिन्छन् ।

अर्को धातु छ- पारद, संस्कृतमा यसलाई पारद, रसधातु, रसेन्द्र, महारस, चपल, शिववीर्य, रस, सूत आदि र शिवजीका नामवाचक सबै शब्दहरू जस्तै-शिव, रुद्र, हर, धूर्जटि आदि भनिन्छ ।

गुण— मधुर, अम्ल, लवट, कटु, कषाय, तिक्त आदि षडरसले युक्त, त्रिदोषनाशक, महारसायन, योगवाही, अन्त्यन्त वीर्यवर्धक, आँखाको ज्योतिलाई शक्ति दिने, कुष्ठ र सम्पूर्ण रोगहरू नाश गर्ने यसका गुण रहेका छन् ।

संशोधन न गरेको पारद (पारा) ले ठूलो हानि पुऱ्याउँछ । संशोधन न गरेको पारद काममा ल्याउनु नै हुँदैन । पारद बडो अचम्मको हुन्छ, एउटा उपमा दिँदा कर्कलाको पानी सरह हुन्छ भने पनि केही अत्युक्ति नहोला, वचनदार हुन्छ, अन्य औषधीका साथ प्रयोग गरेमा लिङ्गवर्धक छ ।

फिटकिरी

हि० फटकिरी, फिटकिरी, सं०- स्फटी, स्फटिका, श्वेता, शुभ्रा, रङ्गदा, दृढरङ्गा, रङ्गदृढा, रङ्गाङ्गा, इत्यादि ।

गुण— कषाय रसयुक्त, उष्ण, योनीमार्ग संकोचनकारक, वात, पित्त, कफनाशक, घाउ, श्वेतकुष्ठनाशक र पानी शुद्धि-कारक भनिएको छ ।

स्वाग (सुहाग)

स-साना बालकलाई अपश्य (तुस परेकोभन्दछन्) भएमा कुनै भाँडामा तताएर 'स्वाग' फुराई दुधमा फेटी ख्वाउनाले आराम हुन्छ, अरूलाई पनि फाइदा गर्न सक्छ ।

गन्धक

कटु, तिक्त, कषाय रस युक्त, उष्णवीर्य, पित्तजनक, रसायन, कृमि, कुष्ठ, चिलचिन्धाहट, क्षय, प्लीहा, कफ, वातनाशक हुन्छ ।

लुतो आदि खटिरा पटिरा र कुष्ठ भएमा गन्धक पिसेर लगाउनाले आराम गर्दछ ।

माष

हि० उडद, उडिद, उरद, उरिद, उर्दी, ब०- माष कलाय, म०- उडीद, वा०- उलुंडु, गु०- अडद, क०- उडु, ते०- उड्टुलु, फा०- माष, अं०- ब्याक ग्राम् ।

गुण- रुचिकारक, वातनाशक, बलकारक, वीर्यवर्धक, अत्यन्त रस रक्तादि वर्धक, दुग्धवर्धक, भेद, कफ, पित्तवर्धक, छ ।

कुनै हड्डिमा चोट पटक लागेर निद्रा आइरहेको छैन भने यसको जड पिसेर सोको रस दिइन्छ ।

मास, दही, भेन्टा आदिले कफ र पित्त बढाउने गर्दछन् ।

जो पुरुष स्त्रीमा लम्पट छ र उसलाई कमजोरी छ भने मासलाई पिसी, धूलोलाई घिउमा पकाई पुनः दुधमा पकाउनु, उसमा मिश्री या चीनि पनि हाल्नु, यसरी पकाएर तयार भएपछि निस्ता पेटमा नित्य दुवै टायम १ मुठीका दरले खाएमा गएको शक्ति पुनः आउँछ,

संभोगका समयमा कमजोरी आउन दिँदैन, शरीर हृष्टपुष्ट हुन्छ । यस हलुकाका साथ अरु पनि वीर्यवर्धक औषधी खान्छ भने त संभोग न गरे विना रहने सवेदन भनेर अन्य आयुर्वेद ग्रन्थहरूमा समेत उल्लिखित छ ।

तिल

हि०- तिल, तील, तिली, बं०- तिलशाछ, म०- तील, गु०- तिल, बं०- झुल्लेलु, ते०- नुब्बुलु, ता०- एल्लु, फा०- कुंजद, अं०- जिंजेल्ली, सीसेम, सं०- तिल ।

गुण- मधुर, तिक्त, कषाय-टरो रसगुन, स्वादिष्ट, छिटो पाच्य न हुने, ठण्ण, कफ तथा पित्त नाशक, बलकारक, कपालको लागि शीतल एवं लामो र कालो गराउने, दिमाग ठण्डा गराउने, छालाको लागि हित, दूध बढाउने, दाँतसम्बन्धी पोडानाशक, मूत्रकारक, वातनाशक, जठराग्नि तथा बुद्धि बढाउने हुन्छ, सेतो तिलको अपेक्षा कालो तिल अधिक गुणकारी र वीर्यवर्धक एवं वाजिकरण गर्दछ ।

अभारतवमा तिल भिजाएर सिलौटामा पिसी सेवन गर्नाले, कमर दुःखे, रजस्वलाकाबखत कष्ट हुने र १ २ महिनाको कच्चा गर्भ गिराउने पनि सक्छ, गर्भवती महिलाहरूले सेवन गर्नुहुँदैन ।

कोदो

हि०- कोदो धान, कोदव, कोदो, बं०- कोदो आधान, म०- कोद्र, हेरिक, कोद्रु, गु०-कोदरा, क०- हारक, ते०- अरिकेलु, ता०- वगु, अं०- केद्रु, फा०- कोदिरम, सं०- कोद्रव र कोरदूष इत्यादि ।

गुण- वायुकारक, पित्त तथा कफनाशक छ । जसलाई मधुमेह अर्थात् पिशाबबाट मह यद्वा चीनि आउने गर्दछ, उनीहरूले नित्य

चामल (भात) को साटो कोदो पकाएर खांनाले अन्यन्त हित गर्दछ ।
भन्नाको मतलब भन्धुमेह हुनेवालाहरूले कोदोको भोजन नै अतीव
लाभदायक हुन्छ ।

वधुवा (बेथे)

हि०- बथुवा, बथुया, चिल्लीशाक, बं०- बेतुया, बेतोशाक,
म०- चाकवत, चकवत, गु०-टाँको, वधवो, चीलो, ता०- परुपुकिरै,
सं० वास्तूक, वास्तुक, क्षारपत्र र शाकराट् इत्यादि ।

गुण- स्वादिष्ट, अग्निदीपक, पाचक, रुचिकारक, लघु (छिटो
पाच्य हुने), शुक्र तथा बल बढाउने, रक्तपित्त, बवासीर, कृमि तथा
त्रिदोषनाशक हुन्छ । कतै आगाले पोल्थ्यो भने यसको साग पिसेर लेप
गर्नाले दाह शान्त हुन्छ । सर्दी जुकाम (रुखा) लागेको बेलामा न
खानु ।

कुभिण्डो

हि० पेठा, भूरा कुम्हडा, भतुआ, रकसा कोहडा, बं०- कुमडा, म०-
कोहला, गु०- भुलु कोहलु, क० दार कोहोला, ता० पुशनीकै, ते०
गुम्मडि, अं०-द अश गोई, सं०- कूष्माण्ड, पुष्पफल, पीतपुष्प र
बृहत्फल आदि ।

गुण- यसको फल मूत्रजनन, पित्तशामक, रक्तपित्त प्रशमन एवं
रगतवर्धक मानिएको छ । अझ विशेष गरेर आन्तरिक रक्तश्राव,
पागलपन, अपस्मार, मूत्रकृच्छ, तृष्णा एवं प्रमेह रोग नाशको लागि
प्रयोग गरिन्छ, राजयक्ष्मा (टी.बी.) मा पनि यसले लाभ गर्दछ, साथै
बल, वीर्यवर्धक पनि भएकोले उचित मात्रामा सेवन गर्नाले सब
किसिमको कमजोरीमा दिन सकिन्छ ।

काकडी

यसको ठोस-मुख्य अर्थ नेपालीमा थाहा छैन तापनि हिन्दी भाषामा यसलाई- ककड़ी, बं० कांकुर, म० कांकड़ी, क० सौते, ते० दोसकामा, ता०-वेल्तरिबकै, फा०- ख्यार जाब, ख्यार दराल, अं० स्नेक् कुकुम्बर, सं०- एर्वा रु र कर्कटी आदि । यसको फल-चिचिण्डा जस्तै हुन्छ, काँचै पनि खाइन्छ ।

गुण- भूत्रकृच्छ, मूत्राघातमा विशेष प्रयोग हुन्छ, कफ निकाल्नु परेमा पात पोलेर खरानी बनाई सेवन गर्नु ।

चिचिण्डा

हि०- चचेडा, चिचिंडा, चिचेंडा, बं०- चिचिंगा, म०- पडवल, गु०- पंडोलुं, अं०- स्नेकगोर्ड, सं०- चिचिण्ड, श्वेतराजि, सुदीर्घ, गृहकूलक आदि ।

गुण- वात, पित्तनाशक, बलदायक, पथ्य, रुचिकारक हुन्छ, क्षयरोगीको लागि अत्यन्त हितकर बताइएको छ ।

करेला

हि०- करेला, करैला, कड़िला, करेली, बं० करोला, बडा मसिया, डच्छे, म०- कारलें, कारली, गु० कारेला, करेलुं, क० हागल, ते० काकर, ता०- पागल, फा०- कारेलाई, अं०- करिल्ला फूट्, विटर गोर्ड सं०- कारवेल्स एवं कठिल्ल आदि ।

गुण- यसको फल पित्तशामक, कृमिघ्न एवं मूत्रजनन हुन्छ । कोमल पात वामक (वमन गराउन सक्छ) र मधुमेहका रोगीहरूलाई लाभदायक पनि छ । यकृत, प्लीहावृद्धि, जलोदर, विषमज्वरमा यसको पातको रस दिनु । पित्त प्रकोप भएमा पातको रस दिनाले

वमन भई ठीक गर्दछ । आमवात, वातरक्तमा यसको फलको तरकारी पकाएर दिन सकिन्छ । यसको जरालाई पिसेर कपडछान गरी मन्द अग्निमा पकाउनु, जब गाढा होइजान्छ तब पिउनाले गर्भ गिर्न पनि सक्छ । सन्तान चाहने महिलाहरूले सेवन गर्नु हुँदैन ।

परबल

हि०-परवर, परवल, पलवल, परोर, परोरा, बं०-पटोल, पलता, म०-परवल, क०-पडवल, ता०-पुडलै, ते०-पोटल, आडर, गु०-पटोल, सं०-पटोलिका इत्यादि ।

गुण-त्रिदोषनाशक, परवरको पात पित्तनाशक, अर्थात् पित्त न बढाउने, यल, वीर्यवर्धक, ज्वरनाशक हुन्छ । साथै पिलीया, उदर रोग, रक्तविकार, कुष्ठ, जीर्ण ज्वर एवं दाहमा लाभदायक छ ।

कुन्दुर (कुँडुनी)

हि०-कन्दूरी, कुनली, कुनरी, कुन्दरी, कुन्दुरु, बं०-तेला कुचा, म०-तोंडली, गु०-घोला, घोली, ठिंडौरा, क०-तोंडे, ता०-कोवै, ते०-दोंडा तिगे, अं०-आइवी गोर्ड, सं०-विम्बी, रक्तफला, तुण्डी, तुण्डीकेरी, विम्बिका, ओष्ठोपमफला, र पीलुपर्णी आदि ।

यसको फल गोलकाँक्री यद्वा परवल जस्तै जस्तै हुन्छ, काँचोमा काँक्रोको जस्तो स्वाद र पाकेको अमिलो हुन्छ । चाणक्यनीतिमा यसलाई 'सद्यबुद्धिहरो तुण्डी' अर्थात् तुण्डी (कुन्दुर) ले छिटो बुद्धि लोप गराउँदछ भन्ने उल्लिखित पनि छ ।

गुण-स्वादिष्ट, शीतल, गुरु, स्तम्भक एवं पित्त, रक्तविकार तथा वात रोग नाश गर्नमा केही महत्त मिल्नेछ । साथै मधुमेह, सुजाक, प्रदर, काँस आदिमा यसले विशेष लाभ गर्नेछ ।

मूला

हि० मूली, मुरई, बं० - मुला, ग० - मूला, कु० - मुलङ्गी, ता० - मुलङ्गी, ते० - मुलङ्गी, फा० - तुख, तुर्व, अं० - रडिश, सं० - लघुमूलक, शालामर्कटक, विश्व, शालेय, मरुसंभव, चाणक्यमूलक, तीक्ष्ण र मूल कपोतिका आदि ।

गुण - रचिकारक, लघु, पाचक, त्रिदोषनाशक, कण्ठस्वर उत्तम गर्ने एवं च्छर, श्वास, नाक, कण्ठकालागि, हितकर आँखाको ज्योति - शक्ति वृद्धि गर्ने मानिएको छ । मूला काँचै खानाले त्रिदोषकारक, पकाएर खानाले त्रिदोषहर हुन्छ । यसको पात पिसेर खानाले पिशाव खुलाउँछ ।

यसको बीज कफ निकाल्न, पाचक बनाउन, मासिक धर्मको कष्ट आदिमा प्रयोग गरिन्छ । कसै कसैले त दुब्रीमा ठीक गर्दछ भने र बीज पिसेर लगाउने पनि गर्दछन् ।

गाजर

हि०, म०, बं० - गाजर, क० - गर्जरि, ते०, ता० - गाजार, फा० - जर्दक, अ० - जजर, अं० - करट् (Carrot), सं० - गृञ्जन, गाजर, नारङ्गवर्णक इत्यादि ।

गुण - मूत्रजनन (पिशाव लगाउने), अत्यन्त बल्य एवं पोषक छ । यसमा भिटामिन 'ए' पर्याप्त रूपमा पाइन्छ । यसको बीज सुगन्धि, मूत्रजनन एवं गर्भाशय उत्तेजक मानिएको छ । पहेँलो रोग - (जण्डिस) मा क्वाथ बनाई खानाले लाभ गर्दछ । पोलेको घाउ आदिमा गाजर पिसेर अलि अलि तताएर लेप गराउनु । प्रसवका समय को पीडामा गाजरको बीज पिसेर सेवन गराउनु ।

अर्को विशेषता गाजरलाई कोरेसोमा कोरेर, यथासम्भव २ ३ माना दूध तताई राख्नु, अनि यो कोरेको गाजर त्यही दूधमा राखी मन्द मन्द अग्निमा पकाउनु अनि जब दूध सुक्न थाल्दछ तब (सकिन्छ भने, मूलसीपाक, अश्वगन्धा चूर्ण, शतावर्यादि चूर्ण, धातुपौष्टिक चूर्ण, लौह भस्म या ताम्र भस्म या बंग या त्रिवंगभस्म र मन्मथरस अनुपान अनुसार त्यसैमा हाल्नु । अनि) मीश्री या चीनि पनि मधुरो गुलियो आउने किसिमसँग राखी पानीको भाग अर्थात् दूध जति सबै रुकाउनु, सम्भव हुन्न भने उपरोक्त औषधी न राखीकन पकाए पनि हुन्छ, जब दूध सुकिगयो भने जति सकिन्छ ताजा घिउ पनि राखी एकछिन पकाई उतारी राख्नु । अनि बिहान वेलुकी ३ ३ चम्बाका दरले निस्ता पेटसँग सेवन गनाले मदोन्मत्त गराउँछ । घोडाका सरह रतिशक्ति वृद्धि गराउँछ, वीर्य सागर (समुद्र) सरह बढाइदिन्छ, चेहरामा लालि आउँछ । यसको वयान यस कागजको टुक्कामा गर्नु असंभव छ । ल! अैले एकक्षण पछि वा आज सकेको छैन भन्ने शब्द उसका पासमा रहनै पाउँदैन । परन्तु ध्यान राख्नु पर्ने कुरा यो छ कि जसले विवाह गरेको छैन यद्वा घरमा स्त्री छैनन् भने ती व्यक्तिले यो औषधि सेवन न गर्नु । किनभने यो औषधी नियमितसँग सेवन गर्ने व्यक्तिले संभोग (सैक्स) नगरिकन रहनै सक्दैन । जसबाट कुनै अप्रीय घटना न घटोस् भनेर संकेत गरिएको हो ।

औषधी सेवन काल जाडाका समयमा । औषधी सेवन कालका समयमा पीरो अमिलो बिल्कुलै खानु हुँदैन । रक्सि, धूप्रणन पनि ग्रेड्नु । ज्यादा नुनिलो न खानु ।

जिलेबी

हि० जलेबी, सं० कुण्डलिनी ।

गुण— पुष्टि, कान्तिकारक, बलवर्धक, धातु, दीर्घवर्धक, रुचिकारक र इन्द्रियलाई आनन्द दिने मानिएको छ ।

मोही

हि० - मङ्ग, सं० - तक्रम् ।

गुण - रुचिकारक, अग्निदीपक, अत्यन्त पाचक एवं पेटसम्बन्धी सम्पूर्ण रोगनाशक तथा प्यास शान्त तृप्ति गर्ने हुन्छ ।

सर्वत

हि० सरबत । गुण शुक्रजनक, शीतल, बलकारक, रोचक, लघु, स्वादिष्ट, वात तथा पित्तनाशक, मूर्च्छा, वमन, प्यास, दाह र ज्वर शान्त गर्ने मानिएको छ । ज्वरोभा रोगीको प्रकृति र अवस्था विचार गरेर मात्र दिनु ।

दूध

सं० दुग्ध, क्षीर, पयः, स्तन्य, बालजीवन आदि ।

गुण—मधुर रसयुक्त, स्निग्ध, वात, पित्त नाश गर्नेवाला, छिटो वीर्य बढाउन सक्ने, रस रक्तादि वर्धक, बलकारक, बुद्धि बढाउनको लागि हितकर, अत्यन्त वाजिकरण, अवस्था स्थिर राख्न सक्ने, आयु बढाउन सक्ने एवं रसायन मानिएको छ ।

दूध पिउन योग्य व्यक्ति—जसले विरेचन, वमन एवं वस्तिकर्मका प्रयोग गरेका छन्, उनीहरूका लागि दूध सेवनले ओजवर्धक हुन्छ । र जीर्णज्वर, मानसिक रोग, मूर्च्छा, भ्रम, पाण्डुरोग, दाह, तृषा, हृदयरोग, शूल, रक्तपित्त, अतिसार, योनिरोग, श्रम, क्लान्ति, गर्भश्राव,

बालक, वृद्ध, क्षतक्षीण या भोको र मैथुनको दुर्बलतामा अत्यन्त हितकर हुन जानेछ । यस्तो ऋषि मुनिहरूको भनाइ छ ।

गाईको दूध

गाईको दूध विशेष गरेर स्वाद, मधुर रस युक्त, शीतल, दुग्धवर्धक, वात, पित्त तथा रक्तविकार नाश गर्नेवाला, छिटो पाच्य न हुने एवं नित्य सेवन गर्ने व्यक्तिलाई वृद्धावस्थामा हुने रोगबाट बचाउँछ र विद्यार्थीहरूका लागि बुद्धिवर्धक हुन्छ ।

भैंसीको दूध

भैंसीको दूध-गाईको दूधभन्दा अधिक मधुर स्निग्ध, शुक्रकारक, गुरु, निद्रा लगाउने, कफवर्धक, भोक नष्ट गर्ने र शीतल हुन्छ ।

बाख्रीको दूध

टर्पो, मधुर रस युक्त, शीतल, ग्राही, छिटो पाच्य हुने, रक्तपित्त, अतिसार, क्षय, खोकी, ज्वरो आदि सर्वरोगनाशक हुन्छ ।

भेडीको दूध

नुनिलो, मधुर रस युक्त, उष्ण, अश्मरीनाशक, हृदयको लागि अहितकर, तृप्तिकारक, कपालको लागि हितकर, शुक्र-पित्त-कफ उत्पन्न गर्नेवाला एवं छिटो पाच्य न हुने हुन्छ ।

घोडीको दूध

रुक्ष, उष्ण, बलकारक, शोष तथा वायु नाश गर्ने, अमिलो तथा नुनिलो रस युक्त, लघु एवं स्वादिष्ट हुन्छ ।

ऊँट (पोथी) को दूध

लघु, मधुर, लवण रसयुक्त, अग्निदीपक, सारक एवं कृमि, कुष्ठ, कफ, अफरा, उदरसम्बन्धी रोगहरू नाश गर्दछ ।

हात्ति (ढोई) को दूध

मधुर, केही कषाय रस युक्त, रस रक्तादि वर्धक, गुरु, वीर्य वर्धक, बलकारक, शीतल, सिग्ध, आँखाको लागि हितकर तथा शरीरलाई हृष्ट-पुष्ट गराउने गुण यसमा पाइन्छ ।

स्त्रीको दूध

समयमा छिटो पाच्य हुने, शीतल अग्निदीपक, वात, पित्त, नेत्रशूल आदि नाश गर्नेवाला, बच्चाहरूका लागि परमपौष्टिक हुन्छ ।

धारोष्ण दूध

गाईको धारोष्ण दूध- बलकारक, लघु, शीतल, अमृतको समान हितकर, अग्निदीपक, त्रिदोषनाशक कहिएको छ ।

परन्तु दुहेको केही बेर पछि अर्थात् सेलाइ सकेको छ भने हानीकारक हुन्छ । पिनास, रुघा, खोकी आदि रोग निम्त्याउन कति बेर लाग्दैन ।

यस्तै प्रकारले भैंसीको दूधको पनि जान्नु ।

दूधको तर

गुरु, छिटो पाच्य न हुने, शीतल, वीर्यवर्धक, तृप्तिकारक, रस रक्तादि वर्धक, सिग्ध, कफ कारक, शुक्राणु उत्पन्न गर्ने, पित्त-रक्ताविकार र वातनाशक हुन्छ ।

दूध पिउने समय

बिहानबाट १० बजेतक दूध पिउनाले वीर्य वर्धकरस रक्तादि वर्धक, अग्नि प्रदीप्त गर्ने हुन्छ, ज्यादा पिए भन्दाग्नि गर्न सक्छ । दिशा पातलो या त कब्जियत गराउँछ ।

मध्याह्न कालमा दूध सेवनले बलकारक, कफ तथा पित्त नाशक एवं अग्नि प्रदीप्त गर्ने हुन्छ, रात्रीको दुग्धपान हितकर हुन्छ ।

सुत्ने बेलामा मनतातो दूध पिउनाले शरीरमा आनन्द प्राप्त हुन्छ, काई भेटिन्छ, ताकत दिन्छ ।

मैथुनबाट निवृत्ति हुनासाथ मन तातो मिश्री मिलाएको दूध पिउनाले गएको शक्ति केही प्राप्त हुन्छ, शरीर कमजोर हुन पाउँदैन, थकावट दूर गर्दछ । यानि अतीव लाभ गर्दछ ।

निषेध- चीसो दूध, फाटेको, बासि, सत्त्वन भएको दूध पिउनाले अन्य रोगका साथै कुष्ठ समेत गराउन सक्छ । दूध र नून मिसाएर या मिसिने गरी खानुहुँदैन, यसबाट महामांस आदि डरलाग्दो रोग उत्पन्न हुनसक्छ । मोही, सरबत या आमिलो पदार्थ पनि दूध सेवनको समयमा त्याग्न पर्दछ । कसै कसैले त सब्जी भात खाए पछि खाँदैनन् । या त पहिले नै खान्छन् ।

दही

उष्ण, अग्निदीपक, स्निग्ध, केही कषाय रसयुक्त, अप्लरसयुक्त, ग्राही, पित्त, रक्तविकार, शोथ, मेद, कफ उत्पन्न गर्ने, मूत्रकृच्छ, रुधा, शीत विषमज्वर अतीसार, अरुचि र दुब्लोपनमा लाभदायक हुन्छ र वल, वीर्य पनि बढाउनेवाला हुन्छ ।

गाईको दही

विशेष गरेर मधुर तथा अम्ल रसयुक्त, रचिकारक पवित्र, अग्निदीपक, हृदयलाई हितकर, पुष्टिकारक र वातनाशक हुन्छ । अन्य दहीको अपेक्षा गाईको दही अधिक गुणकारी हुन्छ ।

भैंसीको दही

अत्यन्त स्निग्ध, कफजनक, वात तथा पित्तनाशक, वीर्य-वर्धक, छिटो पाच्य न हुने एवं रक्त दुषित गर्दछ ।

बाख्रीको दही

उत्तम, ग्राही, लघु, त्रिदोषनाशक, अग्निदीपक एवं श्वास, खोकी, क्षय तथा दुब्लोपनमा लाभदायक हुन्छ ।

चीनी मिलाएको दही

श्रेष्ठ, प्यास, पित्त, रक्तविकार तथा दाहनाशक ।

गुड मिलाएको दही

घातनाशक, वीर्य, रस-रक्तादि वर्धक, तृप्तिकारक तथा छिटो पाच्य न हुने हुन्छ ।

निषेध

रात्रीमा दही खानु हुँदैन, स्वास्थ्यको लागि हानिकारक त हुँदै हुन्छ, साथै बुद्धि पनि नाश गर्दछ भनेर आयुर्वेद ग्रन्थहरूमा लेखिएको पाइन्छ ।

यदि खानु नै पच्यो भने भातसँग न मिसाइकन वा पानी मिलाएर प्रयोग गर्नुपर्दछ, साथै घ्यू अथवा मुँगको दाल अथवा चीनि अथवा मह वा अमला मिसाइएको छ भने त्यति दोष लाग्दैन अर्थात् खान इच्छा नै लाग्यो भने माथि कहिएको कुनै न कुनै चीज मिसाएर खानु पर्दछ ।

मोही

कषाय तथा मधुर रस युक्त, वात तथा पित्तनाशक, ग्राही, लघु, अग्निदीपक, बीर्यवर्धक, तृप्तिकारक तथा वातनाशक मानिएको छ । मोही सेवन गर्ने व्यक्तिलाई कहिल्यै पनि रोग लाग्दैन भनेर भावप्रकाशमा उल्लेख गरिएको छ ।

कफको अधिकतामा सोंठ, भरिच र पिपला मिसाएर मोही सेवन गर्नु । पित्तको अधिकतामा चीनि । वात एवं अतिसारमा ह्रीँड, जीरा भुटी पिसेर, सिधेनून समेत मिलाएर सेवन गर्नु । यसले रुचि बढाउँछ, बल बढाउँछ, पुष्टि गराउँदछ । उपरोक्त औषधीका साथ गुड पनि मिलाई सेवन गरेमा मूत्रकृच्छ, मूत्राघातमा समेत लाभ गर्दछ ।

निषेध

निम्न रोग भएका व्यक्तिलाई मोहीले हानी पुऱ्याउन सक्छ- क्षय, दुर्बल व्यक्ति, मूर्च्छा, भ्रम, दाह, रक्तपित्त आदि ।

नौनी

गाईको नौनी - हितकर, बीर्यवर्धक, शरीर सुन्दर बनाउने, बल तथा अग्निवर्धक, वात, पित्त, रक्तविकार, क्षय, कासनाशक । बालक, युवक, वृद्ध सबैको लागि समानरूपेण लाभदायक छ ।

भैंसीको नौनी वात तथा कफकारक दाह, पित्त तथा श्रम (थकावट) नाश गर्ने, मेद तथा शुक्र वृद्धि गर्ने मानिएको छ ।

पुरानो नौनी सबैको लागि हानिकारक हुन्छ ।

घीउ

रसायन, स्वादिष्ट, आँखाको लागि हितकर, अग्निदीपक, शीतवीर्य, कान्ति, भोज, तेज र लावण्य बढाउने, स्वर तथा स्मरणशक्ति बढाउने, स्मृति (धारणाशक्ति) को लागि हितकर, आयु बढाउने, बलकारक, कफकारक, विष, अलक्ष्मी (दरिद्रता) पित्त, वायु, ज्वर, उन्माद, शूल, अफरा, व्रण, क्षय, रक्तविकार आदि नाश गर्ने गुण छ ।

गाईको घीउ

गाईको घीउ विशेष गरेर आँखाको लागि हितकर, वीर्यवर्धक, अग्निवर्धक, शीतल, वात, पित्त, कफनाशक, मेधाशक्ति, लावण्य, कान्ति, भोज तथा तेज अत्यन्त बढाउनेवाला, अवस्था स्थिर राख्ने, गुरु, बलकारक, पवित्र, आयु बढाउने, मङ्गलदायक, रसायन, सुगन्धयुक्त हुन्छ ।

भैंसीको घीउ

स्वादिष्ट, शीतल, कफजनक, वीर्यवर्धक, पित्त, रक्त विकार र वातनाशक हुन्छ ।

बाख्रीको घीउ

जठराग्निकारक, आँखाको लागि हितकर, बलवर्धक, कास, श्वास तथा क्षयनाशक भनिएको छ ।

उँटीको घीउ

अग्निदीपक कफ, वातनाशक, कीटाणु, विष, कुष्ठ र पेटसम्बन्धी रोग नाश गर्नेवाला हुन्छ ।

भेंडीको दूध

सम्पूर्ण रोग नाश गर्ने, हड्डिलाई मजबूत बनाउने, आँखाको लागि हितकर, जठराग्नि प्रदीप्त गर्ने, पथरी, शर्करा, वातसम्बन्धी रोग नाशक हुन्छ ।

स्त्रीको घीउ

अमृतको समान गुणकारी, आँखाको लागि हितकर, कफ, वात, योनिदोष, पित्त तथा रक्तविकारमा हितकारी हुन्छ ।

घोडी (वाडवा) का घीउ

देह तथा अग्निबढाउने, विषनाशक, तृप्तिकारक, नेत्र रोगनाशक, दाह दूर गर्ने हुन्छ ।

नयाँ घीउ

भोजन, परिश्रम, बलको क्षयमा, पाण्डु (पीलिया), नेत्ररोग आदिमा नयाँ घीउ नै प्रयोगमा ल्याउनु पर्दछ ।

बालक, वृद्ध, राजयक्ष्मा रोगी, कफजन्य रोग, आमयुक्त रोग, हैजा, कब्जित, ज्वर तथा अग्निमन्द भएका अवस्थामा घिउ दिनु त्यति लाभदायक हुँदैन ।

पुरानो घीउ

एक वर्षभन्दा ज्यादा भएको घिउलाई पुरानो घीउ कहलाइन्छ ।

पुरानो घीउ - त्रिदोषनाशक, मूर्छा, कुष्ठ, विष, उन्माद, मिर्गि आदि रोगमा विशेष लाभ गर्दछ ।

जति जति घीउ पुरानो हुँदै जान्छ, त्यति त्यति रोगनाशक शक्ति बढ्दै जान्छ ।

गोमूत्र

कटु, तिक्त, कषाय रसयुक्त, तीक्ष्ण, उष्ण, क्षार, लघु, अग्निदीपक, मेधाको हितकर, उदररोग, अफरा, चिलाउने, नेत्र र मुखसम्बन्धी रोग, कुष्ठ, घात, कास, श्वास, शोथ, कामला, पाण्डु आदि रोग नष्ट गर्दछ ।

खाली पेट खानाले या कमजोरी शरिरवालाहरूलाई धेरै खाएमा हानी गर्न सक्दछ । मात्रा र आफ्नो शारिरिक क्षमता हेरी (विचार गरी) प्रयोग गर्नु ।

तिलको तेल

गुरु, स्थिरता तथा बलकारक, वर्ण उत्तम गराउने, वीर्यवर्धक, वात तथा कफनाशक, रस रक्तादिवर्धक, रक्तपित्तकारक, मल मूत्र रोकनेवाला, गर्भाशयशोधन गर्ने, अग्निदीपक, बुद्धिदायक, मेधाको लागि हितकर, कान, योनि तथा शिरसम्बन्धि शूल नाशक, छाला, कपाल तथा आँखाको लागि हितकर, काटेमा, पोले, लोटे, कहीं मर्किएको, घाउ भएको, हड्डी टूटेको आदिमा तिलको तेल लाभदायक हुन्छ ।

सस्यु (तोरी) को तेल

अग्निदीपक, पित्त तथा रक्त दूषित गर्ने, कफ, मेद वायु, बब्रासिर,

शिर, कानसम्बन्धी रोग, कुष्ठ, कृमि आदि नाशक भनिएको छ ।

आलसको तेल

उष्ण, कफ तथा पित्त कारक, आँखाको लागि हानिकारक, बलकारक, वातनाशक, गुरु, मलकारक आदि मानिएको छ ।

अरैठको तेल

तिक्ष्ण, उष्ण, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक, छालाको लागि हितकर, अवस्था स्थिर राख्नेवाला, मेधा, कान्ति, बल दिने, योनि तथा शुक्र शोधन गर्ने, वात, उदरसम्बन्धी रोग, कमर दुःखे, अफरा, वातरक्त आदि नाशक छ ।

मदिरा (रक्सि)

उष्ण, पित्तकारक, वातनाशक, मलभेदक, शीघ्र पाच्य हुने, अत्यन्त कफकारक, अम्ल रस युक्त, अग्निदीपक, रुचिकारक एवं पाचक, स्तम्भक भनिएको छ ।

नयाँ मदिरा - त्रिदोषजनक, हृदयको लागि अहितकर, रसरक्तादि वर्धक, दाह उत्पन्न गर्ने दुर्गन्धवाला हुन्छ ।

पुरानो मदिरा - रुचिकारक, हृदयको लागि हितकर, सुगन्ध-युक्त, कृमि, कफ तथा वायु नाश गर्ने हुन्छ ।

सात्त्विक प्रकृति भएको मानिसलाई रक्सीले गाउने, हाँस्ने आदि काम गराउँछ । राजसी प्रकृतिवालालाई साहसिक कार्यको काम गरेको हुन्छ भने तमोगुणी मानिसले अरूलाई गाली गर्ने, पिट्ने हो-हल्ला गर्ने आदि निन्द्यकर्म र निदाउने गर्दछ ।

शरीर कमजोरी भएका, रक्सी खान सुरु गरेका व्यक्तिहरू बर्बराउने, रुने, एकोहोरो बन्ने, कुनै असम्भव बातहरू गर्ने, कुनै कुरा गर्दा रुज्चे भएर बोल्ने, हातखुट्टा काँप्ने, वान्ता गर्ने, आफ्नो शरीर अधिनमा राख्न नसक्ने हुन्छन्, ज्यादा खाने गरेको छ भने त दिशा, पिशाव र आफ्नो गोप्येन्द्रिय सम्हाल्ने चेष्टा पनि राख्दैनन् । अरु के भन्ने ? आफ्नो मुखमा कुकुरले पिशाव गरेको पनि थाहा पाउँदैनन् । एठटा उखान यद्वा कहावत के छ भने 'रक्सी खाने मान्छेले पुतुनो र धुतुनो सम्हाल्न सक्दैनन् ।'

जो व्यक्ति प्रसन्न रहन्छ, मिष्टान्नहरू भोजन गर्दछ, अर्काको दुःख कष्ट विचार गर्न सक्छ, जो आफ्नो पत्नीलाई उचित सम्मान दिन्छ, जो आफ्नो सावगास अनुसार उचित व्यवहार गर्दछ, अङ्गुली (मात्रा अनुसार) मात्र र केवल सुत्ने बेलामा मात्र रक्सीको सेवन गर्दछ भने त्यस व्यक्तिलाई अमृतको समान गुणकारी हुन्छ भनेको छ ।

रक्सको गन्ध हटाउने उपाय

नागरमोथा, कूटएलबालु जीरा, धनियाँ, अलैंची, सुकमेल, त्वाङ्ग यी सबै एकत्र गरी चवाउँछ भने त्यो व्यक्ति सभाका माझमा गए बसे पनि रक्सी खाएर आएको रहेछ भनेर कसैले थाहा पाउन सक्दैनन् ।

उँखु

रक्तपित्तनाशक, बलकारक, वीर्यवर्धक, कफजनक, मूत्र कारक, शीतवीर्य हुन्छ । साथै मधुर, सारक, श्रमहर, शुक्रशोधक, पाण्डु आदि रोगमा पनि अत्यन्त लाभदायक हुन्छ ।

उँखु (खुदो) बाट बनेका पदार्थहरू - तृषा, दाह, मूच्छा, पित्त तथा रक्तविकार नाशक हुन्छन् । साथै - मधुर रसयुक्त, बलकारक,

वातनाशक, सारक, वीर्यवर्धक, शीतल एवं रस रक्तादि वर्धक र विष नाशक हुन्छ ।

अरू उँखुको अपेक्षा कालो उँखु मात्र अधिक गुणकारी हुन्छ, सर्पको विषमा कालो उँखुको खुदो पेटभर खानाले आराम हुन्छ अर्थात् विष नाश हुन्छ भन्ने बूढा पुरानाहरूको भनाइ छ । कालो उँखु धेरै थरी हुन्छन् तर एक प्रकारको मात्र गुणकारी हुन्छ, चिन्नु पर्दछ । सेतोमध्ये (देउसुलो) असली हुन्छ कालो नपाइएमा ।

गुड

वीर्यवर्धक, गुरु, वातनाशक, मूत्रशोधन गर्नेवाला, मेद, कफ, कृमि तथा बलकारक एवं गुणकारी हुन्छ । नयाँ गुड कफ, श्वास, कास कृमि उत्पन्न गर्नेवाला एवं जठराग्नी वृद्धि गर्ने हुन्छ ।

पुरानो गुड - लघु, पथ्य, अग्निजनक, पुष्टिवर्धक, पित्तनाशक, मधुर, वीर्यवर्धक, वातनाशक हुन्छ । नयाँ गुडको अपेक्षा पुरानो गुड अधिक गुणकारी हुन्छ ।

यदि अदुवाको रसमा गुण छाइन्छ भने कफ नाश गर्दछ । हरीको साथ सेवन गरे पित्त र सुटोको साथ सेवन गरे समस्त वातरोगसम्बन्धी रोगहरू नाश हुन्छन् । यस्तो तीनै दोष नाश गर्ने गुडलाई नमस्कार छ - “दोषत्रयक्षयकराय नमो गुडाय” ।

स्वस्थ रहनको लागि भोजनमा ६ रसको आवश्यक

हाम्रो शरीरलाई पोषण गर्न आवश्यक भोजनहरूमा मुख्य ६ रस छन् । तिनीहरूको नाम गुलियो, अमिलो, पिरो नुनिलो, टर्रो, तीतो । यी रसहरूको उत्पत्ति भिन्न-भिन्न तत्त्वबाट हुन्छ । उदाहरणको लागि

१. पृथ्वी र पानीको गुणको अधिकताले मधुर रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
२. पृथ्वी र अग्निको गुणको अधिकताले अमिलो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
३. जल र अग्निको गुणको अधिकताबाट नुनिलो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
४. वायु तथा अग्निको गुणको अधिकताले पिरो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
५. वायु तथा आकाशको गुणको अधिकताले तीतो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
६. पृथ्वी तथा वायुको गुणको अधिकताले कषाय (टर्रो) रस उत्पत्ति हुन्छ ।

यी ६ रसको वात, पित्त र कफसँग निम्नलिखित सम्बन्ध छ-
 गुलियो, अमिलो र नुनिलो रस वातविनाशक छ । गुलियो, तीतो र टर्रो रस पित्तनाशक छ । पिरो, तीतो, टर्रो रस कफनाशक छ । टर्रो रस वायु जस्तो गुण र लक्षण भएको छ । पिरो रस पित्त जस्तो गुण र लक्षण भएको छ । यी ६ रसको गुण निम्न प्रकार छ-

१. मधुर रस

रगत, मासु, बसो, हाड, मज्जा, ओज, वीर्य तथा आमाको दूध बढाउने हुन्छ । यो रस आँखाको लागि हितकारक छ । रौं तथा रंग स्वच्छ गर्दछ । समस्त इन्द्रियहरूलाई परमहितकारी छ । यो रस तृष्णा, मूच्छा र दाह शान्त गर्दछ । समस्त इन्द्रियहरूलाई प्रसन्न राख्दछ र कीरा र कफ बढाउँछ । तर यो रस अत्यन्त सेवन गर्नु भने श्वास, खोकी, दिसा, वमन हुनु, कफ बिग्रनु, कण्ठमाला, अर्बुद, मधुमेह मूत्र रोग आदि उत्पन्न हुन्छन् । आँखाबाट आँसु बहने हुन्छ ।

मधुर पदार्थ

दूध, घिउ, बोसो, चामल, जौ, गहुँ, मास, किसमिस, छोहरा, नरिवल, सखर, चिनी, मह आदि मधुर पदार्थ हुन् ।

२. अमिलो रस

आहारलाई पचाउँदछ, वातादि दोषलाई हटाउँदछ । सूजन (सुन्निनु) हटाउँदछ । मोटो मानिसलाई तौल घटाउँछ । वीर्य र नेत्रको तेज कम गर्छ । रोमाञ्च गर्ने हुन्छ । दिसा-पिसाव साफ गराउँछ । यो हृदयको लागि परम हितकारी छ । तर यसको अत्यन्त सेवनले दाँत बिग्रिन्छ । कफ नष्ट हुन्छ, शरीर शिथिल हुन्छ । घाँटी, छाती र हृदयमा दाह हुन्छ । यो रस गरम छ ।

अमिलो पदार्थ

अनार, अपला, कागती, इमली, फालसा, पदंचालनु, दही, मट्ठा (मोही), बयर आदि अमिला पदार्थ हुन् ।

३. नुनिलो रस

यस रसले मल शुद्ध गर्दछ, दूषित घाउलाई सफा गर्दछ । यो रस गरम प्रकृतिको छ । रुचिकारक, पाचक, कफ र पित्त बढाउने हुन्छ । पुरुषत्व र वायु नष्ट गर्ने खालको लो । शरीरमा शिथिलता र मृदुता ल्याउने हुन्छ । घाँटीमा जलन उत्पन्न गर्छ, जोर्नीहरू शिथिल गर्छ । यसको अति सेवनले लुतो, घाउ, खटिरा, कुष्ठ, सुन्निने, ग्लाइण्ड जस्ता रोगहरू हुन्छन् । साथै छालाको रंग बिगार्दछ । पुरुषत्व नष्ट गर्ने र नेत्रादि इन्द्रियहरूलाई मन्द गर्दछ । कपाल सेतो गर्छ ।

नुनिलो पदार्थ

नून, सिंधेनून, सामुद्रिक नून, जवाखर, सुहाग आदि नुनिलो पदार्थ हुन् । यो गरम प्रकृतिको छ ।

४. पीरो रस

अग्निदीपन गर्ने हुन्छ । मल मूत्र सफा गर्ने हुन्छ । मोटो हुने, आलस्य, कफ, कृमि, विषवाट उत्पन्न हुने रोग, कुष्ठ, लुतो आदि रोग शान्त गर्दछ । संधी या जोर्नीहरुलाई शिथिल गर्दछ, उत्साह घटाउँदछ । आमाको दूध, वीर्य तथा बोसो नष्ट गर्दछ । यस रसको अति सेवनले भ्रम, मद, गला, ओठको रोग हुन्छ । शरीरमा जलन, बलहीनता, बमन आदि रोग उत्पन्न हुन्छन् । हात, पाउ, पिट्यूँ आदिमा वायुसम्बन्धी पीडा उत्पन्न गर्दछ । यो पनि गरम प्रकृतिको हो ।

पिरो पदार्थ

भूला, लहसून, कपूर, कूट, देवदारु, अजवायन (ज्वानो), गुग्गुलु, खुर्सानी आदि पिरो पदार्थ हुन् ।

५. तीतो रस

यस रसले लुतो, पित्त, तृष्णा, मूर्च्छा, ज्वर आदि शान्त गर्दछ । मलमूत्र भेद आदिलाई सुकाउँदछ । यो रस शीतल हो । यस रसको अत्यन्त सेवनले गर्दनको नसा जकडिन्छ, नसाहरू खुम्चन्छन्, शरीरमा पीडा हुन्छ । भ्रम हुन्छ । शरीरमा कम्पन हुन्छ र भोजनमा रुचि कम हुन्छ ।

तीता पदार्थ

बेसार, इन्द्रजौ, कटेली, निशोथ, करेलो, भण्टा, करबीरको फूल, अपामार्ग, शंखाहुली, कुटकी आदि ।

६. कषाय (टर्रो) रस

यसले दिसा बन्द गर्दछ, शरीरलाई मजबूत पार्छ । घाउ तथा प्रमेह आदिलाई शुद्ध गर्छ । घाउमा प्रवेश गरेर त्यसको दोष हटाउँछ । पसीना सुकाउँछ । यसको अत्यन्त सेवनले हृदय पीडा हुन्छ, मुख सुकछ, पेट फुल्छ, नसा जकडिन्छ, शरीर कान लाग्छ, शरीर दुर्बल हुन्छ ।

कषाय पदार्थ

त्रिफला, जामुन, मौलसिरी, पाखाणभेद, पालक आदिको शाग कषाय र टर्रो पदार्थ हुन् । यो रस शीतल छ ।

खाने वस्तुमा नित्य हामी ६ वटै रस प्रयोगमा ल्याउँछौ । तीतो र टर्रो खाने पदार्थमा ज्यादै थोरै उपयोगमा आउँछ तापनि कतिपय पदार्थमा यो रस गुप्तरूपले रहेको हुन्छ । गुलियो, अमिलो, नुनिलो, पिरो यी ४ रस विशेषतः उपयोगमा ल्याइन्छ । तर यो पदार्थहरू पनि ज्यादै सेवन गर्नाले हानि हुने पूरा सम्भावना छ ।

प्रसिद्ध धान्यवर्गको गुण

चामल

यसको गुणमा मधुर, अग्निदीपक, बलवर्धक, धातुवर्धक, त्रिदोषहारक, मूत्रवर्धक छ । चामलमा पौष्टिक (नाइट्रोजन) र स्निग्ध पदार्थ ज्यादै सजिलोसँग पच्दछ । बालक तथा रोगीहरूको लागि पथ्य छ । एक वर्ष पुरानो चामल गुणकारी हुन्छ ।

गहुँ

गुणमा पुष्टिकारक, धातुवर्धक, मधुर, ठंडा, रुचिकारक, टुटेका

हाडहरू जोड्ने, घाउ भर्ने, कोष्ठबद्धता गर्ने हुन्छ । गर्हमा क्षारतत्व र स्निग्ध तत्व कम हुन्छ । यो गर्मी र पुष्टिको तत्व भएको हुन्छ ।

मुगीको गुण

मुगी ठण्डा, ग्राहक, हलुका, स्वादिष्ट, कफ तथा पित्तलाई हटाउने हुन्छ । आँखाको लागि हितकारक छ तर केही वायु गर्दछ । आयुर्वेदमा मुगीको धेरै प्रशंसा गरिएको छ, रोग बढेको बेलामा पनि मुगीको पातलो दाल वा त्यसको रस उपयोग गर्ने सल्लाह दिएको छ । मुगीको दालको पानी कति कुरामा दूधको आवश्यकताई हटाउँदछ । ज्वरमा पनि मुगीको दालको पानी हितकारक मानिएको छ । यो पानीले वायु पनि गर्दैन ।

मुसुरोको दाल

गुणमा मधुर, टर्रो, रुचिकारक, ग्राही, ठण्डी, त्रिदोषहारक र केही वासु गर्दछ । रक्तविकार, ज्वर तथा वायु गोला आदि रोगमा लाभकारी छ ।

मासको गुण

मासको दाल अति पौष्टिक, वीर्यवर्धक, आमाको दूध बढाउने, मासु र बोसो बढाउने हुन्छ । यो खानाले बल बढाउँदछ, पित्त तथा कफ बढ्दछ । श्वास, काश आदि वायुको रोगमा मासको दाल पथ्य मानिन्छ । वायु प्रकृति भएकालाई विशेषतः हितकारी छ । पचिसकेपछि मासको दालले गरम तथा अमिलो रस उत्पन्न गर्दछ । अतएव कफ र पित्त प्रकृति भएकालाई र कफ र पित्तसम्बन्धी रोगमा यो हानिकारक छ । पुष्टिकारक पदार्थमा पनि यसको प्रशंसनीय छ ।

साग वर्ग

चौलाइका साग

हलुका, ठण्डा, रुखो, मलमूत्र अपसारक, रुचिकारक, अग्निप्रदीपक विषनाशक, पित्त कफ तथा रक्त तथा रक्त विकारलाई हटाउने हुन्छ । कुष्ठ, वात रक्त विकार, चर्मरोग, त्रिदोष ज्वर, पिसावको गर्मीलाई शान्त गर्ने र रगत शुद्ध गर्ने हुन्छ ।

बेथे

पाचक, रुचिकारक, अग्निदीपक, हलुका, मलापसारक हुन्छ । यो खानाले फियो, रक्तपित्त, बवासीर र कृमिरोग नष्ट हुन्छन् ।

पालक (पालुंगो) को साग

ठण्डा, कफवर्धक, मलापसारक हुन्छ । यो श्वास, पित्त तथा रक्तविकारमा लाभदायक छ ।

काउली

गन्धुको प्रकृति भएकोले ग्राहक छ । मथुर, रुचिकारक तथा वात, पित्त र कफ यी तीन दोषमा हितकारक छ । यो खानाले बल, वीर्य र आमाको दूध बढ्दछ र कुण्ठ, प्रमेह, रक्तविकार, मूत्र कृच्छ, ज्वर यी सबै रोगमा लाभदायक छ ।

मेथीको साग

पित्तकारक र ग्राही छ । तर कफ वायु र कृमिरोग नष्ट गर्दछ । रुचिकारक तथा पाचक छ ।

सिमलको फूलको तरकारी

पौष्टिक, मीठो र ठण्डा हुन्छ बादी, पित्तरोग, रक्तपित्त तथा क्षयमा हितकारक छ ।

परवरको तरकारी

हृदयको लागि हितकारक, बलवर्धक, पाचक, रुचिकारक, कामप्रवर्धक, हलुका तथा स्निग्ध छ । खोकी, रक्तविकार, ज्वर तथा कुमिरोगमा लाभदायक छ ।

कुभिन्दोको तरकारी

पुष्टिकारक, वीर्यवर्धक, हुन्छ । रक्त विकार, वायु विकार, मृगी, हिष्टेरिया र उन्माद रोगमा लाभदायक छ ।

मुलाको तरकारी

अग्निदीपक र रुचिकारक छ । बवासिर, गुल्म, दम, ज्वर, कफ, वायु तथा नाकको रोगमा हितकारक छ । सानो तथा कोमल अवस्थाको मूला सबै प्रकृति भएकालाई हितकारक हुन्छ ।

आलुको तरकारी

शीतल, मधुर, भारी, मलमूत्र वृद्धिकारक, रुखो, बलदायक, वीर्य तथा माताको दूधवर्धक, रक्तपित्तनाशक, ताकत वृद्धि गर्ने हुन्छ । आलु यदि घिउमा भुटेर खायो भने कफकारक हुँदैन । आलु पोलेर घिउमा तारेर ५-१० वर्षका बच्चाालाई खुवाएमा शरीरको हाड बढ्छ । खूब पोषण हुन्छ ।

काँक्राको तरकारी

शीतल, रुखो, ग्राही, मधुर, भारी, रुचिकारक तथा पित्तजनक हुन्छ । यसले प्यास तथा उदर रोग शान्त हुन्छ ।

बैगन (भन्टा) को तरकारी

मीठो, पिरो, गरम, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक र हलुका हुन्छ, घादी र ज्वरमा हितकारी छ ।

प्याजको तरकारी

बलवर्धक, पिरो, भारी, रुचिकारक, वीर्यवर्धक छ । यसबाट कफ रथा निद्रा वृद्धि हुन्छ । यो क्षय, क्षीणता, रक्तपित्त, वमन, हैजा, कृमिरोग, अरुचि, सूजनमा हितकारी छ ।

दूधको सामान्य गुण

दूध मधुर, पित्तहारी, प्रोण ३ र ६, वीर्यवर्धक, बुद्धिवर्धक, दिसा साफ गर्ने, युवावस्था मिलाउने द्रव्यको हाडलाई जोर्ने रसायनरूप छ । पुरानो ज्वर भ्रम, मूच्छा रोग, शोथ, बबासीर, गुल्म उदर रोग, पिसाबसम्बन्धी रोग, मस्राव आदि धेरै रोगहरूमा दूध अत्यन्त हितकारक र प्रोणक छ ।

गाईको दूध

गाईको दूधमा माथि लेखिएको सबै गुण छ । काली गाईको दूधबाट वातहरण गर्ने र यो विशेष गुणकारी हुन्छ । राती गाईको दूध पित्तहारक र वायुनाशक, सेती गाईको दूध कफकारक र भारी

हुन्छ । ब्याएको एक दुई महिना भित्रको दूध तिनै दोषलाई कुपित गर्ने हुन्छ । ब्याएको तीन महिना बितेपछि गाईको दूध निर्दोष र उत्तम हुन्छ ।

भैंसीको दूध

भैंसीको दूध गाईको दूधभन्दा मीठो, बाक्लो, गरुको, विशेष वीर्यवर्धक, कफकारक, निद्रावृद्धि गर्ने हुन्छ । निर्बल पाचन शक्तिका व्यक्तिहरूलाई र रोगी व्यक्तिहरूलाई भैंसीको भन्दा गाईको दूध बढी पथ्य हुन्छ । श्रमले थाकेका र बुढाहरूलाई भैंसीको दूध हितकारक छ । प्रबल पाचनशक्ति भएकालाई यो पथ्य छ ।

बाख्राको दूध

टर्रो, गुलियो, ठण्डा, हलुका र गर्मी हुन्छ । रक्तपित्त, अतिसार तथा ज्वरमा पथ्य छ । वातहारक, त्रिदोषनाशक छ ।

भेडाको दूध

टर्रो, मीठो, केही नुनिलो, स्निग्ध, गरम, पत्थरी रोगलाई हटाउने, वीर्य, पित्त तथा कफकारक र वातनाशक छ ।

नारीको दूध

हलुका, ठण्डा र अग्निदीपक छ । यसले वायु, पित्त, नेत्रशूल र कानको पीडा शान्त गर्दछ ।

खराब दूध

जुन दूधको रंग बदलिन्छ या स्वाद बिग्रन्छ अथवा अमिलो

हुन्छ, बासी हुन्छ र फाट्दछ । यस्तो दूध खानाले हानि गर्दछ । दुहेपछि त पूर्णरूपले विकृत हुन्छ । यसकारण दुहेपछि या तताएपछि धेरै बेर दूध त्यसै राख्न हुँदैन । दूध यस्तो उत्तम पदार्थ हो यसको सेवनले शरीरको पोषण हुनुका साथै शरीरको धातु, बल तथा बुद्धि वृद्धि हुन्छ । खाने पदार्थमध्ये दूधमा पोषणका सबै तत्व मौजूद छन् । दूधको साथ संयोगविरुद्ध पदार्थ खानाले हानि हुने संभावना हुन्छ । ज्यादै नुनिलो पदार्थ, विभिन्न प्रकारको अमिलो, सख्खर, शाक, भदिरा, माछा, मासु आदि पदार्थ दूधसँग मिलाएर खानाले अनेक रोग उत्पन्न हुन्छन् ।

घिउ

यो रसायन, मधुर, नेत्रलाई हितकारी, अग्निप्रदीपक, शीतवीर्ययुक्त, बृद्धिवर्धक, जीवनदाता, शरीरलाई कोमल गराउने, बल, वीर्य, कान्ति बढाउने र मलनिस्सारक छ । बादी गर्ने पदार्थसाथ घिउ खानाले वायुको उपद्रव शान्त हुन्छ । भोजनका चीजहरूमा राख्नाले त्यसलाई मधुर बनाउँछ । मूच्छा, कुष्ठ, विष, उन्माद, तिमिर र आँखाको सामुन्ने अँधेरो देखिनेमा एक वर्ष पुरानो घिउ लाभदायक छ । धेरै वर्ष पुरानो घिउ घाउखटिराको लागि औषधी हुन्छ ।

गाईको दूध नौनी

हितकारी, बलवर्धक, वर्णसुधारक, अग्निप्रदीपक तथा मल अवरोधक हुन्छ, बालकको लागि अमृततुल्य हुन्छ ।

भैसीको दूधको नौनी

वायु र कफ बढाउँछ, दाह, पित्त र श्रमलाई हटाउँछ, मेद तथा वीर्यवर्द्धक छ ।

दही

गरम, अग्निप्रदीपक, गहुँगो, पचेपछि अमिलो आउने र मलावरोधक छ । पित्त, रक्तविकार, सूजन, मेद तथा कफ उत्पन्न गर्छ । तर यमलाई युक्तिपूर्वक उपयोग गर्नुपर्छ । धेरै अमिलो दही अग्निप्रदीपक, रगत बिगाने, वायुपित्तलाई कुपित गर्ने हुन्छ । रक्तपित्त उत्पन्न गर्ने, गलामा जलन उत्पन्न गर्ने, बादी उत्पन्न गर्ने हुन्छ । पकाएको दूधको दही काँचो दूधको दहीभन्दा असल हुन्छ । यो दही रुचिकारक, पित्त तथा वायुलाई हटाउने र धातुको बल बढाउने हुन्छ । रातमा दही खानु हुँदैन । यदि ऋतुअनुसार दही खाने हो भने हेमन्त, शिशिर, वर्षा थोै ऋतुमा दही खानु राम्रो हुन्छ । तर शरद, ग्रीष्म र बसन्तमा दही सबैको लागि प्रतिकूल हुन्छ । घिउसँग खाएको दहीले बादी हटाउँछ, आँपसँग खाएको दहीले कफ हटाउँछ । महसँग खाएको दही पाचक हुन्छ । शखर वा चिनीसँग खाएको दहीले दाह, रक्त विकार, पित्त तथा तृष्णा हटाउँछ । गुडसँग खाएको दहीले शरीरमा बल बढाउँछ र वायु हटाउँछ ।

मठ्ठा (मोही)

मठ्ठा वायु, पित्त तथा कफ हटाउने र प्रिय हुन्छ । यसले दिसा रोकदछ । पाकमा मधुर भएकोले पित्त गर्दैन, कषाय, उष्णवीर्य र रुखा भएकोले कफ फुकाल्दछ । आयुर्वेदमा तक्र (मोही) को अनेक गुण बताइएको छ, तर खराब दहीबाट बनाइएको तक्र पनि खराब अर्थात् विकारी नै हुन्छ । वायुप्रकृति भएकालाई मोहीमा सिँधेनुन भिँसाएर खानुपर्छ । पित्तप्रकृतिलाई चिनी मिलाएर खानुपर्छ । कफप्रकृतिवालालाई अथवा कफको उपद्रवमा नून, सुटो, मरीच र पिप्लाको चूर्ण मिलाएर खानुपर्छ । अग्निमान्द्य, कफविकार, मूत्रकृच्छ,

गुल्मरोग, बवासीर, जठराग्नि विग्रनु आदि रोगमा भोही अत्यन्त हितकारी हुन्छ । केवल मोहीको प्रयोगबाट संग्रहणी, बवामीर जस्ता कठिन रोग पनि आराम हुन्छन् । तक्रकल्प प्रसिद्ध छ । यदि शरीरमा कुनै प्रकारको घाउ भयो भने, कुनै अंगमा सूजन भयो भने, मूछा, भ्रममा, रक्तपित्त रोगमा तथा शग्द ऋतुमा मोही पिउनु हितकर छैन ।

फल वर्ग

आँप

साधारणतया आँप हिनकारक छ । काँचो आँपको अमिलो रुचिकारक, ग्राही र रुख्रो छ । यसबाट पित्त, वायु, कफ तथा रक्त विकार उत्पन्न हुन्छ । तर कण्ठरोग, वात, प्रमेह, योनिदोष, व्रण, अतिसार तथा प्रमेहमा यसले लाभ गर्दछ । पाकेको आँप, वीर्यवर्धक, कान्तिकारक, तृप्तिदायक मांसवर्धक र बलकारक छ । केही कफकारक भएकोले यसको रसमा थोरै सुठो मिलाई खानुपर्छ ।

जामुन

भलावरोधक, मधुर, कफनाशक, रुचिकारक र वायुनाशक छ ।

अनार

त्रिदोषनाशक, तृप्तिदायक, वीर्यवर्द्धक र बलदायक छ । यसको सेवनले अतिसार, ज्वर, हृदयरोग, कण्ठरोग र मुखको दुर्गन्ध नष्ट हुन्छ ।

केरा

गहुँगो, शीतल, रुचिकारक र पित्तनाशक छ । बलदायक,

वीर्यवर्धक, वृष्टिकारक र मांसवर्धक छ । तर यसबाट कफ उत्पन्न हुन्छ । पित्त तथा रक्त विकारमा लाभदायक छ ।

स्याउ

वात तथा पित्तनाशक, पुष्टिकारक, कफकारक, भारीपाक तथा रसमा मधुर शीतल रुचिकारक र वीर्यवर्धक छ । तर ज्वरोको अवस्थामा यसको सेवन हानिकारक छ ।

सुन्तला

मधुर, रुचिकारक, शीतल, पौष्टिक, अग्निप्रदीपक, हृदयको लागि हितकारक, त्रिदोषहारक, शूल तथा कृमिनाशक छ । मंदाग्नि, खोकी, वायु, पित्त, कफ, क्षय, शोथ, अरुचि, वमन आदि रोगमा पथ्य छ ।

अंगुर र किसमिस

अमिलो अंगुर कफकारक छ । पाकेको अंगुर या मुनक्का उत्तम फल हो । शीतल, नेत्रहितकारक, धातुपुष्ट गर्ने, गहुँको छ । घौ खानाले प्यास, ज्वर, खोकी, वमन, कमलपित्त, वायु, मूत्रकृच्छ, दाह, शोथ आदि रोगमा लाभदायक छ । सुखा र कालो दाख प्रायः सबै प्रकारको तनावका लागि हितकारक छ । यसले पिसाब सफा गर्दछ ।

खजूर

पौष्टिक, स्वादिष्ट, मधुर, रक्त शुद्ध गर्ने, हृदयको लागि हितकारक, त्रिदोषहारक, श्वास, श्रम, क्षय, शोथ तथा अम्लपित्त आदिमा पथ्य तथा हितकारक छ । यो पचनमा भारी र पेटमा कृमि

उत्पन्न गर्ने हुन्छ । खजुर घिउमा तारेर खानाले उक्त दुवै दोष नष्ट हुन्छन् । ग्मोहीमा मिलाएर सर्वत जस्तै गरी पिउनाले अमिलो डकार आउने वमन तत्काल आराम हुन्छ ।

नासपाती

हलुका, वीर्यवर्धक, मधुर र त्रिदोषनाशक छ ।

फालसा

पित्त तथा आम वायुको रोगमा हितकारक, पथ्य, रुचिकारक र हितकर छ ।

बेल

कफ, खोकी तथा शूलनाशक छ ।

ओखर

गरम, वीर्यवर्धक, स्वादिष्ट, स्निग्ध छ । कफ तथा पित्त कुपित गर्दछ । यसमा खनिज लवण पर्याप्त मात्रामा हुन्छ ।

गुड

नयाँ तथा पुरानो गुड (चाकु) की गुण बेग्ला-बेग्लै हुन्छ । नयाँ गुड गरम, भारी, रक्तविकार तथा पित्तविकार उत्पन्न गर्दछ । पुरानो गुड पथ्य र हितकारक छ । अग्निप्रदीपक र रसायनिकरूप छ । यसले हिक्का, पाण्डुरोग, पित्त र त्रिदोष नाश गर्दछ । एकवर्ष बितेपछि गुड पुरानो मानिन्छ । तीन वर्ष पुरानो गुड अदुवासँग खानाले कफ नाश हुन्छ, हर्षोसँग खाए वायु नाश गर्छ ।

सख्खर या चिनी

पित्त वृटाउने, ठण्डी, बलदायक, वीर्यवर्धक, आँखाको लागि हितकारक छ; कफकारक छ । अतः कफरोगमा, सूजन तथा ज्वरमा हनिकारक छ । अधिक चिनी खानु हानिकारक छ । मधुमेह जस्तो कठिन रोग हुने सम्भावना हुन्छ ।

पथ्यापथ्य

पथ्य

चामल, गहुँ, जौ, मूगी, मसुरो, चना, मटर यी सबै अन्न सामान्यतया हितकारक छन् । चना केही वायुकारक छ । चामल एकवर्ष पुरानो राम्रो हुन्छ । मासको दाल घिउ हालेर खानु हितकर छ । मूगीको दाल त्रिदोषनाशक र पथ्य छ ।

साग

पालक, परबल, तोरिया, लौका, बेथे, जिमीकन्द पथ्य छन् । अन्य पदार्थमा गाईको दूध, गाईको दूधको मोही, चिनी, अदुवा, अमला, सिधेनून, अनार, गुलियो अंगुर यी सबै पदार्थ सबैको लागि हितकर भएकोले पथ्य छ ।

अपथ्य

क्षार अर्थात् नून अधिक परिमाणमा खानाले शरीरका धातु बिप्रेर पुरुषत्व नष्ट हुन्छ । खुर्सानी आदि दाह गर्ने पदार्थले पित्तलाई कुपित गरी अनेक रोग उत्पन्न गर्छन् । अमिलो पदार्थले शरीरलाई शिथिल गरेर पुरुषत्व क्षीण गर्दछ । यस्ता पदार्थहरू एकदम हानि

हुने जस्ता प्रतीत हुन्नन् । तर धेरै दिनसम्म व्यवहार गर्दै रहनाले शरीरमा अन्य व्याधी प्रवेश गर्न योग्य परिवर्तन ल्याइदिन्छन् । यस्ता पदार्थ ज्यादा कम मात्रामा मात्र उपयोग गर्नुपर्छ ।

संयोग विरुद्ध भोजन

जसरी एकै पदार्थमा प्रकृति र ऋतुभेदबाट पथ्य र अपथ्य दुवै गुण हुन्छन् त्यसरी नै त्यसको रासायनिक संयोगबाट पदार्थको धर्म गुण बदलिएर त्यसमा तेस्रो गुण उत्पन्न हुन्छ, जुन यदाकदा हानिकारकै हुन सक्तछ, जस्तो मधु हितकारक पदार्थ हो तर यदि त्यसमा तातो घिउ या कुनै पनि तातो वस्तु हालेर खायो भने हानिकारक हुन्छ । दूध पथ्य भए पनि मूला, मूगीको दाल, नूनका साथ खायो भने हानिकारक हुन्छ । घिउ हितकारक भए पनि काँसको भाँडामा १ दिनसम्म राखिएको छ र सो घिउ खायो भने महान् हानिकारक हुन्छ । मूला, लहसून, तुलसी या सेजनाको साथ दूध खानाले कृष्ठ जस्तो भयंकर रोग उत्पन्न हुन्छ । अमिलो फल, मूला र दूध एकै साथ खानाले रोग उत्पन्न भएको न देखिए पनि कालान्तरमा रोगले आक्रमण गर्दछ । हाम्रो शरीरमा कतिपय रोग यस्तै संयोगज-विषको कारणबाट उत्पन्न हुन्छन् ।

मोटो शरीर भएकालाई पथ्यापथ्य

स्वास्थ्यको परीक्षा शरीरको मोटोपन र दुब्लोपनबाट हुँदैन । कतिपय दुब्ला मानिसहरू शक्तिशाली हुन्छन् । कतिपय मोटा व्यक्तिहरू एकदम अशक्त हुन्छन् । अत्यन्त मोटोपन र अत्यन्त दुब्लोपन दुवै रोगको चिह्न हो । यद्यपि खानु पिउनुको युक्तिले त्यसमा सुधार हुन सक्तछ । तर दुर्बल मनुष्य जति सहज तरीकाले बलवान् हुन सक्तछ त्यति नै सहज तरीकाले मोटो व्यक्ति दुब्लो हुन सक्तैन ।

अधिक पौष्टिक र मांसवर्धक, घिउ, तेल आदि पदार्थ अधिक परिमाणमा खानाले त्यस अनुपातमा शरीरलाई व्यायाम या श्रम न मिल्नाले बोसो बढेर शरीरलाई मोटो, न राम्रो र शक्तिहीन बनाइदिन्छ । स्वस्थ मनुष्यको शरीर रातो, गठिलो र स्थितिस्थापक स्नायुहरूले बनेको हुन्छ । अत्यन्त मोटोपनले शरीरलाई भद्दा तथा असमर्थ बनाइदिन्छ ।

घिउ, तेल, मलाई, चिनी, पीठो, चामल, मकै, मैदा, केरा, आँप, बदाम, पेस्ता, छोहरा आदि बोसो बढाउने चीज हुन् ।

गहुँ, जौ, मुगी, चना, आदि हलुका पदार्थ, पानी मिलाएको मह, दहीको पानी या मट्ठा, आसव आदि मेद रोगीको लागि पथ्य हुन्छ ।

व्यायाम, उपवास, जागरण धेरै सोचविचारले पनि शरीरको स्थूलता कम हुन्छ । पोषणमा हलुका पच्ने भारी यस्ता पदार्थ मेद रोगीलाई पथ्य हुन्छ ।

अथवा- सुठो पानीमा पिनेर दूधमा मिलाएर नस दिनाले शिरपीडा ठीक हुन्छ या सुठो र चाकु पिनेर नस दिनाले, या पीपल र सिधेनून पानीमा घोटेर २-३ थोपा नाकमा हाल्नाले शिर पीडा तत्कालै ठीक हुन्छ ।

अथवा- बोझो र पीपलको चूर्ण पोटली बाँधेर सुँध्नाले सूर्यावर्त र अर्धकपाली ठीक हुन्छ । भाँगको रस र बाखाको दूध समभाग लिएर दूवै मिलाई घाममा तताएर नस दिनाले सूर्यावर्त शिरपीडा ठीक हुन्छ ।

अथवा- रातीगेडीको जस पानीमा घोटेर त्यसलाई सुँध्नाले अर्धकपाली ठीक हुन्छ ।

अथवा- छोहराको गुदी घोटेर कपालमा लगाउनाले पनि शिरपीडा ठीक हुन्छ ।

स्वरभेद या घाँटी बस्नु

अजबायन (ज्वानो), हलेदो, चीता (चितु पनि भनिन्छ)- को बोक्रा, जवाखर र अमलालाई समभाग गरी पित्रु । १-३ मासासम्मको मात्रा गरी (विषमभाग) घिउ र महसँग चाट्नाले श्वरभंग आराम हुन्छ ।

अथवा- सानो हर्रो र सानो पिपला समभाग गरी पिसी मुखमा राख्नु अथवा ब्राह्मी, बचा (बोझो), सानो हर्रो, असुराको पात, पिपला समभाग गरी पित्रु । २-४ मासासम्मको मात्रा गरी महमा मिसाएर चाट्नु स्वरभेद आराम हुन्छ । यही सारस्वतचूर्ण हो ।

अथवा- मिश्री र सूठो समभाग पिनेर महसँग मिलाएर गोली बनाउनु । यो गोली मुखमा राखी चुस्नु स्वर बसेको ठीक हुन्छ ।

अथवा- थोरै हिङ् गरम पानीसँग पिउनाले गला खुल्दछ ।

केही स्त्रीरोगहरू

प्रदरमा

ज्यादा नुनिलो, पिरो, अमिलो, दाह गर्ने पदार्थ खानाले, अधिक मैथुन या गर्भपात हुने आदि कारणबाट प्रदर रोग हुन्छ । यो रोग दुई प्रकारको हुन्छ- रक्तप्रदर तथा श्वेतप्रदर । रक्तप्रदरमा रगतजस्तो रातो पदार्थ बहन्छ र श्वेतप्रदरमा सेतो पानी बहन्छ ।

अशोकको बोक्रा ४ तोला एक हाँडीमा १२८ तोला पानी हालेर मन्द आगोमा पकाउनु । ३२ तोला पानी बाँकी भएपछि ३२

तोला नै दूध मिलाउनु र फेरी पकाउनु । पाक्दा दूधमात्र बाँकी रहेपछि झिकी सेलाएपछि त्यसबाट १६ तोला दूध झिकेर बिहान-बिहान पिउनु प्रदर ठीक हुन्छ । यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- गूलरको फल सुकाई, पिनी, छानी समभाग मिश्री मिलाई एक सिसाको भाँडामा राख्नु । यो चूर्ण एक-एक तोला बिहान-बेलुका दूध वा पानीसँग खाने गर्नु रक्तप्रदर ठीक हुन्छ ।

१ तोला धजैराको फूलको काढा पकाएर खानु, स्त्रीजनिको रक्तप्रदर, श्वेतप्रदर र अलकाई नष्ट हुन्छ ।

अथवा ३ मासा धत्रेरको फूल पिँधी महसँग खानाले रक्तप्रदर रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- पाकेको केरा र अमलाको स्वरस दुई तोला लिएर ती दुवै चीजभन्दा दुई गुणा चिनी मिलाएर १५ दिन सेवन गर्नाले अथवा बिहान-बेलुका ५-५ गुलाफको फूल, ३-३ मासा मिश्रीसँग खाएपछि गाईको दूध पिउनाले १५ दिनमा प्रदर धातुविकार, भूत्राशयको दाह, रातो पिसाब हुनु आदि ठीक हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) को रस महमा मिलाएर पिउनु वा नीमका बोट्राको रसमा सेतो जीरा मिलाएर पिउनाले रक्तप्रदर आराम हुन्छ ।

अथवा- काकजंघाको जरोको रसमा लोधचूर्ण र मह मिलाएर पिउनाले श्वेतप्रदर निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा वंशलोचन, नागकेशर र कपूर यी सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चीलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेतप्रदर रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- रामतोरियाँको सुकेको जरो १० तोला, पिंडालु न सुकेको १० तोला पिनेर छात्रु । यसबाट ६-६ मासा चूर्ण एक पाउ

दूधमा एक तोला मिश्री मिलाएर वा मिश्री पानीसँग २० दिनसम्म खानाले श्वेतप्रदर आराम हुन्छ ।

पाकेको केरा दूधमा मुछेर केही दिनसम्म लगातार सेवन गर्ने गर्नाले रक्तप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा- बिहान बेलुका एक-एक ओटा पाकेको केरा ६ मासा घ्यूसँग लगातार खाने गर्नाले केही दिनमै रातो र सेतोप्रदर निको हुन्छ । यदि चिसो भएको महसूस भयो भने यसमा ४-५ थोपा मह मिसाएर खानु ।

अथवा अशोक वृक्षको बोक्रा गाईको दूधमा पकाएर बिहान बेलुका लगातार खाने गर्नाले कस्तै प्रदर पनि निको हुन्छ ।

अथवा जेठीमधु २० ग्राम, चिनी २० ग्राम चौलानीसँग पिसनु र खालिपेटमा बिहान बेलुका खाने गर्नु, यसको केही दिनसम्म प्रयोग गरिरहनाले सेतो प्रदरका साथै रातो प्रदर पनि ठिक हुन्छ ।

अथवा- डुम्रीको गुदी, शतावरी, मुलेठी, खरेटीको बोक्रा, बबुलको फल (यी सबै) चीज समानभाग मिलाएर कुटी छानी आठ आनाभर बिहान बेलुका (२ पल्ट) १ महिनासम्म खाने गरेमा निको हुन्छ । औषधी प्रयोगकालमा संभोग वर्जित छ ।

अथवा- नीमको बोक्राको रसमा जिराको धूलो मिलाएर केही दिन खानाले प्रदर निको हुन्छ ।

अथवा- वंशलोचन, नागकेशर र कपूर यी सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चौलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेतप्रदर रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- कपासको पातको रस, चौलानीसँग मिलाएर खाने गर्नाले रक्तप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा- कपासको जरो सफासँग धोएर चौलानीमा पिसी खानाले सेतोप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा भेडेरीको सुकेको जरो १० तोला, सुकेको पिंडालु १० तोला कुटेर-पिसी छात्रु र २० मासा चूर्ण पाउभर गाईको दूधमा १ तोला मिश्री मिलाएर खानु, सेतो प्रदरमा निकै लाभ गर्दछ ।

अथवा- नीमको तेल गाईको दूधमा मिलाएर खानाले प्रदर रोग निको हुन्छ ।

अथवा- पानीअमलाको जरो र बीड चौलानीमा पिनेर छानेर पिउनाले प्रदर तथा पुरुषहरूको पिसाबमा रक्त आउने ठीक हुन्छ ।

अथवा- असुराको स्वरस, गुर्जोको स्वरस मह मिलाएर पिउनाले या नागकेशर चौलानी पानीसँग पिनेर मिश्री मिलाएर पिउनाले प्रदर रोग निश्चय ठीक हुन्छ ।

अशोकघृत पनि प्रदरको अमोघ औषधी हो ।

अथवा - अशोकारिष्टसँग चन्द्रप्रभावटीको सेवन गर्नाले प्रदर आदि स्त्रीरोगमा अतिलाभदायक छ । ऋतुशूलमा योगराज गुग्गुलु का साथ सेवन गर्नाले उत्तम हुन्छ । गर्भाशयको शिथिलताको कारणबाट हुने अधिक रक्तस्रावमा यसको उपयोग उत्तम हुन्छ ।

सोमरोग

स्त्रीयोनिबाट गन्धरहित सफा, सेतो र पीडारहित जलीय पदार्थ अधिक मात्रामा ग्रहन्छ, पिसाबको वेग रोक्न सकिंदैन, बहुत कमजोर र बेचैनी हुन्छ । मस्तिष्क शिथिल हुन्छ, मुख र तालु सुक्छ, पूछा हुन लाग्छ । छाला रूखो हुन्छ, प्रलाप हुन्छ, खाने पिउने पदार्थबाट कहिले तृप्ति मिल्दैन, यसलाई सोमरोग भन्दछन् । यो पुरुषहरूको बहुमूर्त्र रोगजस्तै हो । सोमरोगको पहिलो अवस्थामा पानी जस्तो

पदार्थ सोम (धातु) बहन्छ, तर पुरानो भएपछि बारंबार पिसाब हुन्छ । प्रदररोग गर्भाशयको रोग हो । यो रोग मूत्रनलीको रोग हो । चसको औषधि- रामतोरियाँको जरा, सुकेको पिंडालु, सुकेको अम्ला, सुकेको बिदारीकन्द ४-४ तोला, मासको चूर्ण २ तोला, जेठीमधु २ तोला यी सबै पिनी छानी ६-६ मासा बिहान-बेलुका खाई पछि गाईको दूध पिउनाले सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- पाकेको केरा, अम्लाको स्वरस, मह, मिश्री सबै मिलाएर खानाले सोमरोग या मूत्रातिसार निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) चूर्ण खाएर पछि दूध पिउनाले या अम्लाको बीज पानीमा पिनी चिनी मिलाएर पिउनाले मूत्रातिसार र सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- ६ मासा नागकेशर ७ दिनसम्म पिउनाले र मोहीका साथ भात खानाले श्वेतप्रदर र सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- मासको पीठो, पाकेको केरा, जेठीमधु, बिदारीकन्द, मिश्री, शतावरीको जरो सबै मिलाएर प्रातःकाल दूधसँग खानाले सोमरोग ठीक हुन्छ ।

गर्भ न रहनको लागि

गर्भ नरहोस् भन्नको लागि सम्भोग गर्नुभन्दा पहिले प्याजको रस लिङ्गमा लगाएर सम्भोग गर्दा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- दुई-दुई तोलाको मात्रा गरेर मनतातो पानीसँग बेसार खाने गरेमा गर्भरहँदैन ।

अथवा- ऋतुस्नान (रजस्वला) भएको चारौँदिन पछि अरिँठको एउटा दानाको गुदी खानाले एक वर्षसम्म गर्भ रहँदैन । दुईवटा दाना खानाले दुई वर्षसम्म गर्भ रहँदैन ।

अथवा हात्तीको सुकेको लिँड ३ ग्राममा मह मिलाई केही दिनखानाले आजीवन गर्भनिरोध हुनजान्छ ।

अथवा नौसादर र फिट्किरी समानभाग लिई महमा मिलाई रजस्वला भएको चार दिन पछि योनीभित्र राख्नु त स्त्री बाँझी हुन्छिन् ।

अथवा- संभोग गर्नुभन्दा अगाडि छायाँमा सुकाएको पतिनाको चूर्ण ९ ग्राम पानीसँग सेवन गर्नाले गर्भ निरोध हुन्छ ।

अथवा रायो र तिल मिलाई पिसी खाएमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- सिँहुडीलाई टुक्रा बनाएर छायाँमा सुकाई आगामा जलाउनु र त्यसको खरानी ३ ग्रामको मात्रा बनाई महकासाथ २१ दिनतक खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- मैथुनका समयमा नीमको तेलमा नून पिसी मिलाई लिङ्गमा लेपन गरी संभोग गर्दा गर्भ रहँदैन ।

अथवा फिट्किरी, सिधेनून, मिश्री, असली नुहाउने साबुनको धूलो सब एकत्र गरी पिसी महमा मिलाई संभोगका समयमा लिङ्गमा राम्ररी लगाउनाले शुक्राणुहरू मरी गर्भ निरोध हुनजान्छ, साथै संभोगमा आनन्ददायक पनि छ ।

अथवा- स्त्री रजोधर्म भएको पहिलो दिनदेखि उन्नाइसौँ दिनतक बेसार पिसी तातो पानीसँग खाने गर्नाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा पुत्रवती स्त्रीले आफ्नो छोराले पिशाव गर्ने बित्तिकै तुरन्त यही ठाउँमा पिशाव गरिदिनाले गर्भ रहँदैन । (यो अचम्मको कुरा छ)

अथवा मासिकश्राव भएको चार दिन पछि पाँच दिनतक हिँड पिसी खानेतेलमा फेटी वा फुराई खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- तीनवर्षको पुरानो गुँडका साथ मासको दाल पिसी केही दिन खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा प्रत्येक महिना खच्चडको पिशाब र फलाम निभाएको पानी खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- फलाम निभाएको पानी मात्र खाए पनि गर्भ रहँदैन ।

अथवा पलाँशको बीजलाई खरानी बनाई चिसो पानीसँग स्त्रीले पिउने गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा स्त्री रजस्वला भएको चार दिनका दिनदेखि पलाँशको बीजको भस्म र हिँड पिसेर दूधका साथ ३ दिनसम्म खानाले कदापि गर्भ रहँदैन ।

अथवा रजस्वला भएको आइमाईले पलाँशको बीउ पानीमा पिसेर तीनदिनसम्म अन्दाजी २० ग्राम जति पिउने गर्नाले निश्चय नै बन्ध्या हुन्छन् ।

अथवा दुई दुई तोलाको मात्रा गरेर मनतातो पानीसँग बेसार खाने गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा ३ वर्षको पुरानो गुँड १५ दिनसम्म ४ तोला को हिसाबले बिहान बेलुकी खानाले जिन्दगीभर गर्भनिरोध हुन्छ ।

अथवा यदि स्त्री रजस्वला भएको चारदिन पछि अस्वगन्धाको सातओटा जोडी खान्छन् भने कहिल्यै पनि गर्भवती हुँदैनन् ।

अथवा - मेथी, गाजर र सोयाबीनको बीज समानभाग लिएर पिसनु, अनि चिसो पानीसँग बिहान बेलुकी (२४ दिनतक) खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा पलाँशको बिउ पिसी मह र घ्यू (विषम भागमा) मिलाई स्त्री पन्छिएका समयमा योनीभित्र राख्नाले फेरी गर्भ रहन्न ।

अथवा- हात्तीले गोब्याउने बित्तिकैको लिंड निचोर्नु र सो निचोरेको २ ३ तोला रसमा अलिकति मह मिलाई स्त्री पन्छिएका चारौंदिन पछि ३ दिनसम्म सेवन गर्नाले फेरि गर्भ रहँदैन । जसलाई बाँझी हुन मन लागेको छ उसैले मात्र यो औषधी प्रयोग गर्नु ।

गर्भ न रहोस् भन्नको लागि सम्भोग गर्ने भन्दा पहिले प्याजको रस लिङ्गमा लगाएर सम्भोग गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- स्त्रीले ऋतुदिन पछि हरेकदिन एउटा ल्वाङ नित्ने गर्दछे भने कैल्यै पनि गर्भ रहँदैन ।

अथवा- नौसादर र फिट्करी समानभाग लिई महमा मिलाई रजस्वला भएको चार दिन पछि योनी भित्र राख्नु त बाँझी हुनसक्छे ।

अथवा- फिट्करी र मह मिलाई स्पञ्ज वा कपासमा भिजाई योनीभित्र घुसारी दिनाले गर्भ रहने संभावना एकदम कम हुन्छ ।

अथवा- फिट्करी र मह मिलाई उपरोक्त तरिका अनुसार स्त्रीले योनी भित्र राख्ने र पुरुषले पनि आफ्नो पुरुषाङ्गमा लगाउनाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- ऋतुमती स्त्रीले गुडहल (गुलर) को फूललाई काँजीमा पिसेर त्यसमा ३ वर्ष भएको पुरानो गुँड मिलाएर तीनदिनसम्म सेवन गर्नाले गर्भ रहँदैन ।

नोट- यस्तै अरूपनि विस्तृत विवरण जान्न चाहनु हुने युवक युवतीहरूले मैले लेखेको - *जीवन संदेश* नामक पुस्तक पढ्नु होला हाल यो पुस्तक अप्रकाशित नै छ - संपादक ।

गर्भ तुहाउनु परेमा

गर्भिणी अति रोगी छ र गर्भ रहेर उसको जीवन शंकट अवस्थामा

पर्ने छ भने मात्र गर्भ न तुहाइन, खबर्दार! कामुक वा व्यभिचारीले यस्तो कार्यमा हात अगाडि न बढावोस् । अन्यथा यसको हानि नोक्सानीको जिम्मेवार स्वयं हुनेछन् ।

छिउँके झार पिँधेर महमा मिलाई गर्भिणीको नाभीमा लेप गर्नाले (१ २ महिनाको) गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा- हिङ्गर कालो जिरा खाने गरेमा रहेको गर्भ तुहिनसक्छ ।

अथवा- २ तोला निमको बोक्रा, ४ तोला सुठो र २ तोला सरखरको काढा बनाएर (पकाएर) पिउनाले रोकिएको मासिक खुल्दछ, साथै १ २ महिनाको गर्भ भए तुहुन पनि सक्दछ ।

अथवा- २ मासा ज्वानाको चूर्ण दिनको २ पटक तातोदूधसँग खानदिनाले स्त्रीको रोकिएको रज खुलेर आउँछ, साथै १ २ महिनाको कच्चा गर्भ निकलन सक्दछ ।

स्त्रीले नचाहँदा नचाहँदै पनि गर्भ रहन गएमा हिङ्गर कालो जिरा खाने गरेमा रहेका गर्भ तुहिन सक्छ ।

अथवा- नौसादर १ मासाको मात्रामा दिनको ३ पटक खानाले मासिकधर्म खुलेर आउँदछ ।

अथवा- इन्द्रेणीको जरो सिलौटामा खूब मसिनो गरी पिसी बाती जस्तो बनाई छायाँमा सुकाउनु, अनि सुकेपछि योनीभित्र (गर्भाशयमा पुग्ने गरी) पसाल्नु, १ २ महिनाको गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा- कमलको जरो पिसेर केही दिनसम्म खानाले या गर्भ न गिरिउञ्जेल सेवन गर्दैगर्नाले रोकिएको रज खुलाउनुका साथै १-२ महिनाको गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा- पुरानो (कमसेकम ३ वर्ष पुगेको) गुँडका साथै कालो तिल पिसेर कपडछान गरी (वा त्यत्तिकै) सो रस मन्द मन्द आगोमा पकाई जब सुकेर गाढा जस्तो हुन्छ तब उतार्नु र चिसो बनाई केही

दिनसम्म सेवन गर्नाले महिनावारी न भएको रजस्वला हुन्छन् ।

अथवा- सुठो ३ ग्राम, लसुन १५ ग्राम दुबैलाई पानीमा पिसी छानी पकाउनु, अनि गाढा जस्तो बनेपछि उतारी सो औषधी (यो एक मात्रा हो) जबतक गर्भाशय शुद्धि हुदैन तबतक खाइरहने गर्नाले रज खुल्लुका साथै १-२ महिनाको गर्भ भए गिर्न सक्दछ ।

अथवा- ७० ग्राम जति तिल खूब मैदा गरी पिसी २४ घण्टासम्म पानीमा भिजाइ राख्नु, अनि कपडछान गरी सो औषधी-रस केही दिनसम्म सेवन गर्नेगर्नाले गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा नीमको बोटो २ ग्राम, सुठो ४ ग्राम पिसुनु, कपडाछान गरी २ तोला पुरानो गुड मिलाई हाँडोमा डेडपाठ जति पानीमा राखी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, चौथाइ भाग जति रहेपछि उतार्नु, अनि आवश्यकतामा अर्थात् बिहान बेलुकी खाली पेटमा केहीदिनसम्म सेवन गर्ने गर्नाले रज खुल्लुका साथै १-२ महिनाको गर्भ तहुन सक्दछ ।

अथवा मूलाको बीउ, गाजरको बीउ, मेथीको बीउ १६-१६ ग्राम (बराबर) लिई मिलाई पिसनु, छात्रु र राख्नु । करीब ३ ग्राम जतिको मात्रा लिई बिहान बेलुकी खाने गर्नाले रज खुलाउनुका साथै धेरै दिनसम्म सेवन गरिरहे गर्भ गिर्न पनि सक्दछ ।

अथवा बेथेको बीउ अन्दाजी ४ ५ मुठी लिई पिसनु र २ माना जति पानीमा राखी मन्द आगोमा पकाउनु, गाढा हुन थालेपछि उतार्नु, मनतातो छँदै पिउनु, (यो एक मात्रा हो, आवश्यक र झन्झटबाट बच्नको लागि यही मात्रा अनुसार अलिधेरै बनाएर राख्ने र खाने बेलायामा तताई खानुमा समयको बचत हुन सक्दछ । यो औषधीको प्रयोगले १ २ महिनाको गर्भ झर्न पनि सक्छ

त्रा- छतिवनको बोटो खूब मैदा गरी पिसी करीब १ माना

जतिको अनुपातमा १०-१२ दिनसम्म सेवन गर्नाले २-३ महिनाको गर्भ गर्न सक्छ ।

यस्तै प्रकारले रजावरोन्धान्तक कैप्सुल, रज प्रवर्तिनी बटी, ऋतुखोल, नष्टपुष्पान्तक रस आदि गरिएका औषधीहरू पनि रज खुलाउनमा प्रयोग गर्ने गर्दछन् ।

मासिकधर्मसम्बन्धी रोग

यो रोग प्रायः तीन प्रकारको हुन्छ । एकथरी रक्त न आउने हुन्छ, अर्कोथरी कम रगत हुने वा बढी रगत हुने हुन्छ, तेस्रो रजोधर्म कष्टसँग हुने हुन्छ । यसलाई ऋतुशूल भन्दछन् । ऋतुकालभन्दा ३-४ दिनपहिले नै कम्मर दुख्ने हुन्छ । आलस्य, बेचैनी, पेट दुख्ने यी लक्षण हुन थाल्दछ । शिरपीडा, हृदयकंपन, पेट भारी हुनु आदि हुन्छ । यो कष्ट रजोधर्म हुने भन्दा ४-५ दिन पहिले नै दुख्न थाल्छ र रजोधर्म भएपछि बन्द हुन्छ ।

कालो तिल ३ मासा, नारंगी ३ मासा, त्रिकुटा ३ मासा यी सबैको काँडा बनाएर त्यसमा गुड या सखखर मिलाएर बिहान-बेलुका नित्य पिउनाले रोकिएको मासिकधर्म हुन थाल्दछ । यदि शरीरमा रगतको कमी छ भने दूध, घिउ, मिश्री खाएर पछि काँडा पिउनुपर्छ । यसले छिट्टै रजोधर्म हुन्छ । रुखो पदार्थ खानु हुँदैन । मास, दूध, दही, गुड आदि पदार्थ अधिक मात्रामा खानुपर्छ ।

अथवा- मालकागुन, रायो, विजयसालको काँडा, चच (बोझो) समभाग लिएर पिनेर छान्नु । मात्रा ३ मासा प्रातः, सायं ठंडा जल या काँचो दूधसँग खानाले बन्द भएको रजोधर्म निश्चय नै खुल्दछ ।

अथवा- अनार खानाले खूब लाभ हुन्छ । योगराज गुग्गुलु सेवन गर्नाले वीर्य र आर्तवसम्बन्धी रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- मूलाको बीउ, गाजरको बीउ, मेथीको बीउ तीनैलाई एक-एक छटाक लिएर पिनी छानेर त्यसबाट ३-६ मासा चूर्ण तातो पानीसँग खानाले ४-५ दिनमा बन्द भएको मासिकधर्म खुल्दछ ।

मासिकधर्म (रजस्वला) को कष्टमा

काफलको बोक्रा, केशर, कालो तिल र पुरानो सखर मिलाई १-२ मासाको मात्रा तिलको काढासँग खाने गर्नाले मासिकधर्मको कष्ट र गर्भाशयको दोष आदि नष्ट हुन्छ । यो औषधी खाएको केहीबेर पछि मात्र भोजनादि गर्नु ।

अथवा- काफलको बोक्रा खूब मसिनो गरी पिसी बत्ती जस्तो बनाई योनी मार्गमा राख्नाले मासिकधर्म ठिक हुन्छ ।

अथवा- यी औषधी बनाउन झन्डोट लागेमा यी तल लेखिएको औषधी चिकित्सकको परामर्शानुसार सेवन गर्नु ।

नष्ट पुष्पान्तक रस या रज प्रवर्त्तिनी बटी - (आयु०)

यसको सेवनले मासिकधर्म रोकिएको अथवा कष्टका साथ थोरै थोरै श्राव भएमा र उमेर पुगेर पनि रजस्वला न भएमा र कहिले छिटो कहिले ढिलो हुने आदि रोगहरूमा पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा- रायोको गेडा पिनेर पानीसँग खाने गरेमा मासिकधर्मको गडबडी ठिक हुन्छ ।

अथवा- मनतातो पानीसँग हिङ्ग खाने गरेमा मासिक धर्म सजिलैसँग खुलाइदिन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको रस (गुदी) मिश्रीसँग खाने गरेमा मासिकधर्म रक्तश्राव हुँदा पेट, कट्टी दुख्ने रोगमा ठिक गर्दछ ।

अथवा- १ तोल काफल पानीमा उमालेर खाने गरेमा मासिक-धर्म ठिक हुन्छ ।

मासिकधर्म हुँदा रगत धेरै आएमा

फलाम तताएर दूधमा ५/६ पटक डुबाउँदै जाने र ५/६ पटक तताउने र ५/६ पटक नै डुबाउने र त्यो दूध रोगीले खाएमा त्यस्तो रोग ठिक हुन्छ, यो क्रम ६ ७ दिन जति गर्नुपर्दछ ।

ऋतुशूल

अर्थात् मासिकधर्मको बेलामा पेटमा पीडा हुने रोगमा अगस्ति-फूलको जराको बोक्रा आधा तोला, मरीच १० दाना पिनेर गोली बनाउनु, ऋतुकालभन्दा २-३ दिन पहिलेदेखि र ऋतुकालपछि पनि ३-४ दिनसम्म सधैं तातो पानीसँग एक एक गोली खानाले ऋतुशूल आराम हुन्छ । यो अमोघ औषधी हो । यसको साथसाथै ऋतुकालको बेला २-३ दिन पहिलेदेखिनै एक हप्तासम्म तातो पानीको टबमा नित्य आधा घण्टा नाभिसम्म डुबाएर बस्नु झन् छिटो आराम हुन्छ ।

अथवा- लहरा भएको कन्टकारीको कोपिला १, मरीच २७ दानासँग ५-७ दिनसम्म ऋतुकालमा खानाले पनि ऋतुशूल आराम हुन्छ ।

अथवा- सेतो आँकको जराको बोक्रा २ तोला, मरीच आधा तोला बासी पानीसँग पिनेर २-३ दिनसम्म खानाले रक्तप्रदर आराम हुन्छ ।

बृहत् फल घृत

यो आयुर्वेदीय पेटेन्ट औषधी हो । योनिरोग र हिस्टेरियाको राम्रो औषधी हो । पोषणको लागि पनि लाभदायक छ । गर्भ न रहने गरेको, थोरै आयुमा बालक मर्नु, बच्चा सानो जन्मनु यी सबै दोष ठीक हुन्छन् ।

गर्भ न रहेकोमा

धतुराको बोटको एक टुक्रालाई धोई पखाली खूब मसिनो गरी पिसी घाँनीमा राखेर सम्भोग गरेमा गर्भरहन सक्दछ ।

अथवा खाली घेटमा तुलसीको रस या बीज खाने..... गर्भान्ने गर्भ रहने सम्भावना रहन्छ ।

अथवा- रजस्वला भएपछि १६ दिनभित्र समरात्रीमा भरसक शुक्लपक्षको तिथि नक्षत्र पारी बरको दारी ३ ४ मास पिंघेर श्रीमतीलाई खान दिनु र सोहीदिन रात्रीमा सम्भोग गर्नु छोरो पैदा हुनसक्छ ।

गर्भ तुहुने शंकामा

६ मास बरको बोक्रा पानीमा पिंघेर पिलाउनु गर्भ तुहुंदैन ।

गर्भभित्रै मरेको बालक निकाल्नु परेमा

गाईको निरोगी ताजा गोबरको सात तोला रस निकाली छापी १ मास गाईकै दूधमा मिलाएर खानाले बालक निस्कन सक्छ ।

गर्भाशयको शुद्धिमा

विभीराको बियाँ १ मास, सिमलको जरा ३ मास, गाईको दूधमा पिंघी नछुने भएको ४ दिनदेखि स्नाय गरेर ४ दिनसम्म खानाले गर्भाशयको शुद्धि हुन्छ र विभीराको र अरिणको १/१ वटा दिउल (गेडा ध्यूसँग) पिंघेर सेवन गर्नाले गर्भ रहनसक्छ ।

गर्भावस्थाको वाक्वाकीमा

१ मास धनियाँको काँढामा मिश्री र चौलानी मिलाई पिउनाले गर्भवतीको वाक्वाकी ठीक हुन्छ

अथवा-

चौलानीसित मिश्री मीसि धनिजाँ कूटेर चाटनी पिए
गर्भाणीहरुको सबै वमन नै रोकिन्छ जानी लिए ।

गर्भमा छोरो छ कि छोरी छ ? भन्ने जान्ने उपाय

गर्भवर्ताका गर्भ हुने दिन पूरा भएपछि (आराम लिएको बेलामा)
छातीमा हात राखी विचार गर्नु, १ मिनेटमा १४० पटक छाती धड्के
छोरी र १२४ चोटि धड्के छोरो हुन सक्छ ।

शीघ्र प्रसव हुने उपाय

कहिले-कहिले बालक जन्मने समयमा ढिला हुन्छ कष्ट हुन्छ ।
चस्तो अवस्थामा चुम्बकवा पत्थर कपडामा बाँधेर या बेरेर स्त्रीको
बायाँ जाँघमा बाँधिदिनाले या बायाँ हातमा समाउनाले केही समयभित्र
बालक जन्मन्छ । यो अनुभूत उपाय हो ।

अथवा- १८ मासा अमलतासको धोक्राको काँडा पकाएर
स्त्रीलाई पियाउनाले नाल र बच्चा सजिलैसँग निक्लन्छ । कुनै
गर्भवनीलाई वमन बढी हुन्छ भने धनियाँ चूर्ण खाएर पछि मिश्री
मिलाएको चौलानी पिलाउनुपर्छ ।

अथवा- अपामार्गको जरो स्त्रीको कम्मरमा बाँधिदिनाले पनि
बालक छिट्टै जन्मन्छ । पछि सालनाल निक्लेपछि बाँधेको
फुकाइदिनुपर्छ ।

अथवा- इन्द्रायणी जरो या अपामार्गको जरो मसिनो गरी पिनेर
घिटमा मिलाएर योनिमा राखिदिनाले पनि बालक सुखसँग जन्मन्छ ।

अथवा कालो सर्पको काँचुली डढाएर धूवाँ योनीमा दिनु ।

अथवा- घोडाको नालको धूलो आगोमा हाली योनीमा थुवाँ दिनाले बालक छिटो पैदा हुन सक्दछ ।

अथवा कण्टकारीको जरो हात पाउमा बाँधिदिनु, बालक छिटो पैदा हुनमा मद्दत गर्दछ । (बालक पैदा हुनासाथ सो जरो तुरुन्त निकालिदिनु) ।

बाँझी स्त्री गर्भिणी हुने उपाय

निर्गुण्डीका रसमा गोखूरको बीज मिलाई सात मात्रासम्म यो औषधी खाई समरात्रीमा संभोग गर्नाले बाँझी स्त्री गर्भिणी हुन सक्दछे ।

अथवा- सूर्यमुखी फूलको जरो डोरीमा बाँधेर हातमा या शिरमा बाँध्नाले पनि बालक छिटै जन्मन्छ ।

अथवा- निम्नलिखित मन्त्र अभिमन्त्रित जल पियाउनाले पनि बालक छिटै गर्भबाट निकलन्छ :-

मुक्ताः पाशाविषाशाश्च मुक्ताः सूर्येण रश्मयः ।

मुक्ताः सर्वभयादर्घर्ष एहोहि मा चिरं स्वाहा ॥

-(यस मन्त्रका रचयिता ज्यवनऋषि हुन्) ।

अथवा हतियारले खनेको अपामार्गको जरो व्यथा लागेको बखतमा कम्मरमा रातोधागोले बाँधिदिनु, तुरुन्त बच्चा बाहिर निकलन्छ । बच्चा हुने (जन्मने) बित्तिकै कम्मरबाट खोलिदिनु (निकालिदिनु) नत्र भयङ्कर परिणाम हुन सक्दछ) ।

अथवा- लज्जावती (बृहारीझार) को जरो र सहस्रजरीको जरो आइतवार या मंगलवार पारी अक्षताले पूजा गरी खनेर ल्याउनु र सुत्केरी हुनेवाली स्त्रीको कपालमा बाँधिदिनाले बच्चा पैदा हुन्छ ।

अथवा- खुर्सानी, बोझो र पिपला पानीमा पिंथी योनीमा लेप लगाइदिए पनि बालक छिटो पैदा हुन्छ ।

अथवा- विमिराको जरा कम्मरमा बाँध्नु ।

अथवा- कण्टकारीको जरा, हात पाउमा राखिदिनु ।

अथवा भरेको गाईको निधारको हड्डी प्रसुताको सिधा माथि छतमा या दलिनमा राखिदिनाले छिटो बालक जन्मन्छ ।

अथवा- केराको गानु रातो कपडामा बाँधी स्त्रीको कम्मरमा बाँधिदिनु छिटो बालक जन्मन्छ ।

अथवा-

जेठिमधूको विमिरा जराको कुटी मसिनू चटनी सरिको ।
घीउ र फेरि मह मीसि खाउ पैदा भए बालक हेर्न जाउ ॥

सूतिका रोग

ज्वर, खोकी, प्यास, शरीर भारी रहनु, सूजन, शूल, अतिसार, प्रलाप, लक्षण सूतिका रोगका हुन् । सूतिका रोगमा वातनाशक आदि औषधी गर्नुपर्छ । यसको साथै खारेको घिउ सेवन गर्नुपर्छ । घिउ ८० तोला, दूध १२८ तोला, चिनी २०० तोला, पिनेको सूठो ३२ तोला सबै मिलाएर मन्द आगोमा पकाउनु, गाढा भएपछि त्यसमा धनियाँ ३२ तोला, सूप २० तोला, वायुबिडंग, सेतो जीरा, सूठो, मरीच, पिपला, नागकेशर, नागरमोथे, दालचिनी, सानो अलैंचीको बियाँ, तेजपात यी सबको ४-४ तोला पिनेर मिलाई १० मिनेटसम्म पकाई ठीक भएपछि सफा माटाको भाँडामा राख्नु, ४ तोलाको मात्रा गरी सेवन गर्नाले सूतिकासम्बन्धी सबै उपद्रव शान्त हुन्छ ।

अथवा- सूठो, काकडसिंगी, पिपलामूल सबै मिलाएर सेवन गर्नाले सूतिकाज्वर र वातरोग आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो एक तोला, मरीच २ तोला, पिप्पला ३ तोला, सिधेनून ६ तोला, जाबित्री २ तोला, नीलोत्तुथो २ तोला सबै मिलाएर निर्गुण्डीको रसमा ३ घण्टासम्म खल गरी केराउबराबरको गोली बनाई १-१ गोली बिहान-बेलुका अदुवाको रसमा सेवन गर्नाले सबै प्रकारको सूतिकारोग आराम हुन्छ ।

सुत्केरीको दूध बढाउने उपाय

सेतो जीरा र बास्मती चामल दूधमा पकाएर केही दिनसम्म खानाले दूध बढ्दछ । दूधको कमीको कारण प्रायः कमजोरी र पौष्टिक भोजनको अभाव हो । कमलगठ्ठाको बीज पिनेर छानेको चूर्ण दूधसाथ खानाले दूध खूब बढ्दछ ।

अथवा- बिदारीकन्दको स्वरस मह मिलाएर पिउनाले या दूधमा सेतो जिरा मिलाएर पिउनाले या शतावरी (कुरिलो) दूधमा पिनेर पिउनाले या तातो दूधसँग पिप्पला चूर्ण पिउनाले दूध खूब बढ्दछ ।

भूतोन्मादनाशक धूप

कपासको बियाँ, मयूरको प्वांख, कंटकारी, शिवनिर्माल्य, तज, जटामसी, बिरालोको धिष्ठा, कालो सर्पको काँचुली हात्तीका दाँत, गाईको सिंग, हाँग र मरीच सबै दुई दुई तोला कुटेर एकै ठाउँमा मिलाएर शीशीमा राख्नु, यस धूपलाई आगोमा राखी धूप दिनाले पिशाच, राक्षस, देवताको आवेश र ज्वर आराम हुन्छ ।

अथवा- भालुको रीं, श्यालको रीं, लहसून, गोहीको काँडा, हाँग, बच, नरमूत्र यी सबै समभाग लिएर धुनि दिनाले भूत, प्रेत आदिको बाधा शान्त हुन्छ ।

अथवा- फलघृत सेवन र महाविष्णुतेल मालिस गर्नाले पनि

हिस्टेरिया, उन्माद, बंध्यापन आदि रोगमा फाइदा गर्छ । धैर्यपूर्वक एक महिनासम्म सेवन गर्नाले अवश्य फाइदा गर्छ ।

हिस्टेरिया

गर्भाशयको खराबी, रजस्वाव न हुनु या कम हुनु, पतिको निष्ठुर आचरण, अत्यन्त शोक गर्नु, अजीर्ण हुनु आदि कारणबाट युवती स्त्रीलाई एक किसिमको मृगी रोग हुन्छ । यसलाई हिस्टेरिया या थोषापस्मार भन्दछन् । यी दुवै रोगमा बहुत समानता छ । हिस्टेरियामा सर्वथा होशको अभाव हुँदैन तर मृगी रोगमा पूर्ण बेहोश हुन्छ । मृगीको रोगी रोग शुरू हुनुअघि चिल्लाउँछ तर हिस्टेरियाको बिरामी यस्तो गर्दैनन् । हिस्टेरिया हुनेको पेटमा माथिल्लोपट्टि गोला जस्तो प्रतीत हुन्छ तर मृगीको यस्तो हुँदैन । हिस्टेरिया हुनेलाई भूत, प्रेत, जादू, टूनाको शंका धेरै हुन्छ । यस रोगमा अञ्ज, नस्य र धुनि दिनु लाभदायक हुन्छ ।

दालचिनी र सेतो जीराले दिमागबाट दोष उतार्दछन् ।

सूठो, मरीच, पिप्ला समभाग गरी सिउँडीको दूधमा २० दिनसम्म भिजाएर फेरि झिकी पानीसँग सिलौटामा पिचु, यसको नस लिनाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको जरोको बोक्रा, बाखाको दूधमा पिनेर एउटा कपडामा राख्नु, बेहोश मृगी रोगीवालालाई २-४ बुँद नाकमा हालिदिने बित्तिकै होश आउँछ ।

अथवा- सिद्धा पिनेर छानेर राख्नु, नस लिने गर्नु, मृगी रोग नाश हुन्छ ।

अथवा- जटामसी मसिनो गरी पिनी नाकमा नस दिनु या धुनि दिनु, पुरानो मृगी रोग पनि नाश हुन्छ ।

अथवा- सेतो प्याजको रस नाकमा हालनाले, आँखामा अञ्जन गर्नाले मृगी र उन्मादमा लाभ हुन्छ ।

अथवा- पुरानो घिउ ख्वाउनाले र मालिस गर्नाले पनि लाभ हुन्छ ।

खाने औषधीहरू

लहसून एक तोला, कालो तिल तीन तोला या तिलको तेल दुई तोला मिलाएर प्रातःकाल २१ दिनसम्म खानाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) दूधसँग सेवन गर्नाले पनि मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- ब्राह्मीको पातको स्वरस एक तोला, अकरकरा चूर्ण ३ मासा, मधु ३ मासा सबै मिलाएर बिहान-बेलुका नित्य खानाले पनि एक महिनामा मृगी, उन्माद, चित्त भ्रमादि रोग आराम हुन्छ । यो अमोघ औषधी छ ।

अथवा- जेठीमधु चूर्ण ६ मासा, कुभिंडोको रस एक तोला, मह एक तोला मिलाएर नित्य सेवन गर्नाले या महको साथ ६ मासा बच (बोझो) चूर्ण चाट्ने र दूधभात खानाले पुरानो मृगी रोग पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- सुँगुरको खुरको आँठी बनाएर मङ्गलवारको दिन दाहिने हातको कान्छीआँलामा लाउनाले या २१ ओटा जाइफलको माला बनाएर गलामा पहिरनाले पनि मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- एक लाल हीङ्ग, एक लाल कस्तूरी महमा मिलाएर २१ दिनसम्म सेवन गर्नाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- हीङ्ग र एलुआ (घिउकुमारीको चूक) समभाग मिलाएर एक लालको गोली बनाई नित्य बिहान-बेलुका एक एक गोली महमिश्रित कुभिंडोको रससँग एक महिनासम्म खानाले हिस्टेरिया अवश्य शान्त हुन्छ ।

अथवा- जेठीमधु आधासेर पानीसँग सिलौटामा पिनी दुई सेर घिउ र १६ सेर कुभिंडोको रस र लेदो कराहीमा पकाई रस सुकेर घिउ मात्र बाँकी भएपछि झिकी छानी राख्नु । यो घिउ नित्य सेवन गर्नु, भृगी र उन्माद शान्त हुन्छ ।

वाथ र वातरोग

त्रयोदशांग गुग्गुल नित्य खानाले र नारायणतेल आदि मालिस गर्नाले ८० दिनमा समस्त वातरोग आराम हुन्छ । त्रयोदशांग गुग्गुल १-३ भासाको मात्रा हो ।

वातरोगनाशक तेल

सूठो १० तोला, उत्तम सूती १० तोला, सानो पिप्ला ५ तोला, भाँड ५ तोला, हिङ्ग १ तोला, अफीम १ तोला, भिलावा १ तोला, कुचिलो, १ तोला, मरीच १ तोला यी सबै पिनी एक सेर तिलको तेल र एक सेर तोरीको तेलमा मिलाई आगोमा राखेर मंदाग्रिमा पकाउनु, औषधी जलेपछि उतारेर तेल छात्रु । यो तेल मालिस गर्नाले कम्पर दुख्ने, पिठ्यौं दुख्ने, छाती दुख्ने, घुँडा दुख्ने सबै आराम हुन्छ ।

अथवा- एक लाल स्वच्छन्द भैरवरस नित्य सेवन गर्नाले र यो तेल मालिस गर्नाले वातरोग विशेषतः पक्षाघात शान्त हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल, शुद्ध गंधक, हर्षो, बर्रो, अमला यी सबै

चूर्ण समभाग लिएर अदुवाको रसमा घोटेर कास्टर आयल (अरंडीतेल) मिलाई ६-६ मासाको गोली बनाई सुत्ने बेलामा दूधसँग एक गोली खाने गर्नाले वायुको पीडा निश्चय ठीक हुन्छ । यसलाई बातारिगुल भन्दछन् । अरंडीपाक पनि बाथको लागि फाइदा गर्छ । यो रोचक पनि छ । शीतकालमा बढी लाभदायक पनि छ ।

अथवा- त्रिकुटा डेढ तोला, ल्यांग ३ मासा, ठूलो अलैंची ६ मासा, दालचिनी ६ मासा, पत्रज ६ मासा, नागकेशर ६ मासा, सोधित गन्धक १ तोला, सूष १ तोला, सनाई १ तोला, पिप्लामूल ६ मासा, निर्गुन्डीको बीज ६ मासा, शतावरी ६ मासा, पुनर्नवाको जराको बोका ६ मासा, खस ६ मासा, जाइफल ४ मासा, जायफल ४ मासा सबैको चूर्ण बनाएर १० तोला, अरंडीको बीउको गुदी मसिनो गरी पिनी एक सेर गाईको दूधमा कुतैनी बनाउनु र त्यसलाई दुई छटाक गाईको घिउमा भुट्नु, अधिको औषधीहरूको चूर्ण एक सेर चिनी मिलाई ६-६ तोलाको लड्डू गाईको दूधसँग बिहान-बेलुका खानु बाथ आराम हुन्छ । औषधी अनुभूत छ ।

वाथ र वायुविकारको लागि

एक छटाक एरण्डको बीज भुटेर चपाउनु र त्यसपछि आधा सेर गाईको दूध पिउनु, यसले दिसा सफा हुन्छ । सात दिनसम्म यसै गर्नु । ठंडा वायुबाट बच्नु ।

अथवा- अश्वगन्ध, चोवचिनी, अमलाको समभाग चूर्ण ६ मासा दूध या पानीसँग सुत्ने बेलामा खाने गर्नाले बाथ आदि वायुविकार ठीक हुन्छ । भृङ्गराजको जरो र डुंगरेओको जरो मसिनो गरी कुट्नु, तोरीको तेल वा वनभाँडको तेलमा या कास्टर आयलमा पकाएर छानेर राख्नु । यो सबै राती सुत्ने बेलामा मालिस गर्नाले वातरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको एक पात काटेर गाईको घिउमा भुटेर, त्यसमा हलेदो, जीरा आदि मसला हालेर तरकारी बनाउनु, त्यसैसँग गहुँको रोटी खानु र पछिको रोटीसाथ कार्तिकको मह खानु । सात दिनतक खानु, रोग पुरानो छ भने १५ दिनसम्म खानु । चैत्र र कार्तिक महिनामा यसो गर्नाले बाथ अवश्य आराम हुन्छ । यति दिनसम्म केवल रोटीमात्र खानुपर्छ ।

अथवा- अकरकरा, मरीच, सानो पिप्ला हरेक ३-३ भासा, पिप्लामूल ६ भासा, सूठो एक तोला, शोधित मिठा विष १ तोला यी सबै कुटी, छानी गुड र घिउमा मिलाएर मासको गेडा जत्रो गोली बनाउनु, मात्रा १-२ गोलीसम्म । पहिले पेट सफा गरी यो गोली खानु बाथ, पक्षाघात आदि आराम हुन्छ ।

अथवा त्रिफलाको काँढामा कास्टर आयल २ तोला मिलाएर पिउनाले गृधसी आराम हुन्छ ।

अथवा- आधा सेर गहुँत, २ तोला कास्टर आयल मिलाउनु, सानो पिप्ला चूर्ण एक भासा खाएर पछि यो तेल मिलाएको गाईको गहुँत पिउनु, सात दिनसम्म पिउनाले कमर दुख्ने निको हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल ५ तोला, लसुन १ तोला दुबै घिउमा हालेर खूब पिन्नु । दूलो भटमासजत्रो गोली बनाउनु एक गोली नित्य खाने गर्नु कमर दुख्ने निको हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध कुचिलो र मरीच समभाग लिई पानको रससँग खल गर्नु, एक एक लालको गोली बनाउनु । यसलाई समीरगजकेशरी भन्दछन् । बिहान-बेलुका पानको रस वा अदुवाको रससँग १-१ गोली खानाले सबै प्रकारको वात-व्याधि आराम हुन्छ ।

अथवा- लहसुन ४ तोला मसिनो गरी पिनी त्यसमा सिधेनून, जीरा, त्रिकुटा, कालो नून र ह्रींग ४-४ भासा पिनेर मिसाउनु, एक

मासा चूर्ण नित्य बिहान अरुंडीको जराको काँडासित एक महीनासम्म पिठनाले सर्वांग बात, कमर, पीठको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- मालकागनी ल्याएर सफा गरी पहिलो दिन एक दाना, दोस्रो दिन दुई दाना, तेस्रो दिन ३ दाना, यसै हिसाबले ६० दिनसम्म एक-एक दाना बढाई ६० दानासम्म पुग्नु र फेरि एक एक दाना घटाउँदै एक दानामा आउनु । यसले जोडहरूको पीडा, वात, व्याधि र कफविकार नष्ट हुन्छ, शरीर रोगरहित हुन्छ । दाना बढाउँदै लाँदा बीचमै ज्यादै गर्मीहुन थाल्यो भने त्यहीँदेखि घटाउनुपर्छ ।

अथवा- मालकागनीको तेल मालिस गर्नाले बाथमा बहुत फाइदा गर्छ ।

अथवा- धतुरो र अरुंडीको पात गरम गरेर सेक्नु र बाँध्नु ।

हृदयशूलनाशक उपाय

पेटमा भयानक पीडा भयो भने सानो हरो, सूठो, मरीच, पिप्ला, शुद्ध कुचिलो, शुद्ध गन्धक, हींग, सिधेनून सबै समभाग लिएर कुटी मसिनो गरी अदुवाको रससँग घोट्नु, जंगली बयरसमान गोली बनाउनु । बेलुका नित्य एक एक गोली सेवन गर्नाले वायुगोला र शूल आराम हुन्छ ।

अथवा- माउभेराको र गंदालनाको जरो एक एक मासा नित्य प्रातः काल मेथीको काँडामा कालो नून (बीरे) मिलाई त्यससँग खानाले १५ दिनमा कठिन भन्दा कठिन शूल पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- जवाखर, कौडी भस्म शुद्ध मीठा विष, सीधेनून, सूठो, मरीच, पिप्ला समभाग लिएर पित्रू, छान्त्रू यस चूर्णलाई पानको रससँग ६ घन्टासम्म खल गरी एक-एक लालको गोली बनाई बिहान एक गोली नित्य खानाले शूल आराम हुन्छ ।

अथवा- बच्च, सूठो, कालो जीरा, मरीच, चीता, हीङ्ग, शुद्ध विष, दालचिनी, पिप्पला सबै समभागगरी पित्रू, पछि भाँग र घित्ताको रससँग घोटनु र चना जत्रो गोली बनाउनु, मेथीको काँढासँग नित्य एक गोली खानु सबै प्रकारको शूल र वातरोग आराम हुन्छ ।

अथवा- चित्तल या काँकडको सिंगको चूर्ण बनाउनु । अनि त्यसलाई माटाको भाँडामा हाली छोपिदिनु, सम्पूर्ण भाँडोलाई गिलो माटो र कपडा लगाएर घाममा सुकाउनु, फेरि त्यसलाई १० सेर गुईँठामा राखेर आगो लगाउनु, आगो निभेपछि भाँडाबाट भस्म झिकी शीशीमा राख्नु यो उत्तम औषधी हो । एक मामा भस्म गाईको ३ भासा तातो घिउमा मिलाएर खानाले हृदयशूल तत्कालै आराम हुन्छ । सबै प्रकारको शूल र विशेषतः हृदय र कमरको पीडाको लागि कहिल्यै फेल न हुने औषधि हो ।

अथवा- अर्जुनवृक्ष (खरी) को बोट्राको स्वरस ४ सेर, गाईको घिउ १ सेरमा मिलाएर पकाउनु, घिउमात्र बाँकी भएपछि झिकेर छाड्नु । यो १-३ तोला मात्रा दूधसँग सेवन गर्नाले हृदयशूल र हृदयको सबै रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- कालो नून, सूठो, हीङ्ग समभाग लिएर पिनी, छानी चूर्ण बनाउनु र जौको काँढासँग एक मासाको मात्रा गरी सेवन गर्नाले हृदयशूल, करंगको शूल, पेटको रोग आराम हुन्छ ।

वायुगोला

दाहिने वा बायाँ करंगतर्फ हृदयमा, नाभिमा, मूत्राशय या पेटमा गोला जस्तो हुनु । कहिले घुनु, कहिले घट्नु, कहिले बढ्नु । मलमूत्र र अथोवायु कठिनसँग हुनु । अरुचि, प्यास र आन्द्रामा गडबड शब्द हुनु यी लक्षणहरू हुन्छन् । सूठो २ तोला, चिताको बोट्रा ८

तोला, तिल ४ तोला, पुरानो गुड ४ तोला, सबलाई मसिनो गरी पिनी ३ देखि ६ मासासम्मको मात्रा तातो दूधसँग खानाले वायुगोला आराम हुन्छ ।

अथवा- हींग, कूट धनियाँ, हर्षो, निशोथको जरो, कालोनून, सिधेनून, सूठो, जवाखर सबैलाई समभागमा राखी पिन्नु, घिउमा भुटी पिनी पुनः छान्नु, १॥ तोलादेखि ३ तोलासम्म जाँको काँढासँग खानाले वायुगोला ठीक हुन्छ ।

अथवा- वच्च (बोझो), हर्षो, हींग, सिधेनून, पदमचाला, जवाखर, अजवायन (ज्वानो), सबैको समभाग गरी पिन्नु, छान्नु, ३ देखि ६ मासाको मात्रा गरी तातो पानीसँग सेवन गर्नाले १५ दिनमा वायुगोला आराम हुन्छ ।

अथवा- शंखको नाभिको भस्म ४-६ मासा कागतीको रससँग नित्य खानाले फियो बढेको आराम हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको जरो ४-६ मासा मसिनो गरी पिनी गाईको महीसँग मिलाएर २१ दिनसम्म खानाले भयंकर भएको फियो पनि आराम हुन्छ ।

सत्यानाशी (स्वर्णजिरी) सिलीँटामा पिनी, कपडछान गरी स्वरस निकाल्नु, यो स्वरस एक तोला मह मिलाएर खूब मथ्नु र नित्य पिउनु । १४ दिनमा फियोको रोग निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- शंख, सीपी, शुद्धगन्धक, शुद्धमंडूर (लोहकीट) र भुटेको सुहाग, नैसादर, सिधेनून, सूठो, पिप्ला, चिता, अजवायन यी सबै अलग अलग पिनी, छानी ४-४ तोला लिनु र एक सेर कागतीको रसमा मिलाएर बलियो बिक्रो शीशीमा भर्नु र त्यो शीशी भूईँमा गाडिदिनु, १४ दिनपछि निकाल्नु । ४-४ मासा नित्य भोजनपछि

दिनमा दुई पटक खानु, फियो, वायुगोला, शूल, अजीर्ण आदि रोग आराम हुन्छ ।

अण्डकोष वृद्धि

शुद्ध गुग्गुल ६ मासा, एरण्डतेल १ तोला, गोमूत्र दुई छटाक मिलाएर केही दिन निरन्तर सेवन गर्नाले अण्डकोष वृद्धि रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- इन्द्रायणीको जरोको चूर्ण ४ मासा, २ छटाक दूधमा पिनेर छानेर एक तोला एरण्डतेल मिलाएर १५-२० दिनसम्म पिउनाले पनि यो रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- बचा र सरस्यू पानीमा पिनेर मनतातो लेप गर्नाले अथवा सुहाजन (सजिउन ?) को बोक्रा र सरस्यू पानीमा पिनेर लेप गर्नाले या एरण्डकै जरोको बोक्रा रक्सीमा पिनेर लेप गर्नाले पनि यो रोग आराम हुन्छ ।

अथवा आँकको जग काझीसँग पिंधेर लेप गर्नाले अण्डवृद्धि रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अण्डकोषमा पानी जमेको भए ६ मासा दालचिनीको काढाको सेवन र अण्डकोषमा दालचिनीको तेल मल्नाले आराम हुन्छ ।

अथवा- १-१ तोला गाईको घ्यू र १ मासा सिधेनून मिलाएर पिउनाले र अण्डकोषमा लेप गर्नाले अण्डवृद्धि नष्ट हुन्छ ।

अथवा - अण्डकोषमा पानी भरिएको छ भने नौसादरको मलम लगाउनु ।

वातपित्त

महमा त्रिफला मिलाएर खानाले या गेरू र सरस्युँको तेल मालिस गर्नाले र तातो पानीले नुहाउनाले या पुरानो गुडमा अदुवाको रस र गेरू मिलाएर खानाले या गुडसँग अजवायन खानाले वातपित्त आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो, मरीच, पिप्लासँग समभाग मिश्री खानाले या एक तोला गुँडसँग अमलाको चूर्ण खानाले अथवा सूठो, मरीच, पिप्ला र जवाखरसँग अजवायन खानाले वातपित्त निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- अजवायन र गेरू पानीमा पिनेर शरीरमा लगाउनाले या घिउमा सिधेनून मिलाएर मालिस गर्नाले पनि वातपित्त आराम हुन्छ ।

शिरपीडामा

शिरपीडा अनेक कारणले हुन्छ मूलकारण जानेर औषधी गरेमा शीघ्र लाभ हुन्छ । स्त्रीहरूलाई गर्भाशयमा पीडा रहनाले पनि प्रायः शिरोवेदना रहने गर्छ । कतिपय स्त्रीहरूलाई ऋतुकालमा घोर शिरोवेदना हुन्छ ।

मिश्री, दाख, जेठीमधु पिनेर नस लिनाले या दालचिनी, तेजपात र मिश्री चौलानीमा घोटोर नस लिनाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- बेलगिरी (बेलको गुदी) र सूठो, दूधसँग मसिनो गरी पिनी नस लिनाले या सिधेनून र पिप्ला पिनेर नस लिनाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा रिद्धालाई पानीमा घोटेर नाकमा हाल्नाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ । दूध र घिउमा मिलाई पिउने र यसको नस लिनाले पनि सूर्यावर्त शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- अदुवाको स्वरस, बच, पिप्ता पिनेर नस लिनाले या दूधमा तिल पिनेर नस लिनाले या भृंगीराजको पात, अपामार्गको जरो र नौनी या सबै पिनी नस लिनाले या भृंगीराजको स्वरस र बाख्राको दूध मिलाएर घाममा बसेर नस लिनाले पनि सूर्यावर्त शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

मोतीबिन्दुनाशक उपाय

यस रोगको शुरू अवस्थामा औषधी गरेमा ठीक हुन्छ। पुरानो मोती बिन्दुको लागि अपरेशन नै गर्नुपर्छ । बच, हींग, सूठो, सूप समभाग मसिनो गरी पिनी महमा मिलाउनु र ३-४ मासा नित्य खानाले मोतीबिन्दु बढ्न पाउँदैन र आराम हुन्छ तर यो औषधी रोगको आरम्भमा नै खानुपर्छ ।

अथवा- रोगका आरम्भमा नै निर्मली महमा मिलाएर आँखामा लगाउने या नौसादर कलमीसोडा मसिनो गरी पिनी प्याजको रसमा ३ दिन तक खल गरी रस सुकेपछि धूलो शीशीमा बन्द गरी राख्नु र सलाईले नित्य आँखामा लगाउनु यसले नयाँ मोतीबिन्दु ठीक हुन्छ ।

अथवा- स्त्रीको दूधमा भीमसेनी कपूर आँखामा लगाउनाले पनि मोतीबिन्दु ठीक हुन्छ ।

अथवा- नीमको फूल छायामा सुकाई पिन्नू, सुपको हरियो बोट ल्याएर काँचको भाँडामा राखेर सुकाउनु । सुकेपछि पिनेर छान्नु, शुद्ध कलमी सोडा पनि छानेर सब चीज समभाग मिलाउनु ३ दिनसम्म प्याजको रसमा खल गर्नु, रस सुकेपछि धूलोलाई शीशीमा राख्नु,

नित्य चाँदीको सलाईले आँखाबाट लगाउनु यसले नयाँ मोतीबिन्दु र दृष्टिको कमजोरी आदि सबै रोग आराम भएर नेत्रज्योति निश्चय नै बढ्दछ । नेत्ररोगको यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- गोरखमुण्डीको अर्क २-३ तोला नित्य पिउनाले नेत्रज्योति बढ्दछ । यसको साथै निम्नलिखित नेत्रज्याति कम हुने धेरै कारण छन् । तर बहुधा वृद्धावस्थामा दिमागको कमजोरीले अग्रिमन्द हुनाले नेत्रज्योति कम हुन्छ । यसको लागि दिमागलाई बल दिने औषधी लगाउने र खाने गर्नाले यो रोग घट्दछ । शिरमा दिनमा धेरै पटक काँइयो लगाउनाले पनि आँखालाई फाइदा गर्छ । अधिक कब्जियत गर्ने खाना खानु आँखालाई हानिकारक छ ।

गोरखमुण्डीको शर्बत

एक पाउ गोरखमुण्डीको फूल डेढ सेर पानामा राति भिजाइदिनु, बिहान त्यसलाई पकाई जब आधा सेर पानी बाँकी रहन्छ अनि छात्रू र ३ पाउ मिश्री मिलाई पकाउनु । पकाउँदा काँचो दूध र पानी मिलाई १०-१० मिनेटको फरकमा ४।५ पटक एक एक छटाक हाल्नु । यो पानी हाल्दा मैलो माथि माथि उम्लन्छ त्यसलाई झिकी फाल्नु । जब अरु मैलो आउन छाड्छ अनि उतारेर कपड छान गर्नु । सेलाएपछि शीशीमा भरेर राख्नु । यो मुण्डीको सर्वत हो । २-४ तोलासम्मको मात्रा गरी नित्य जलमा मिलाई पिउनाले नेत्रज्योति बढ्दछ । दिमागमा बल प्राप्त हुन्छ र ज्वर पनि शान्त हुन्छ ।

अथवा- आधा सेर सूप मसिनो गरी पिनेर छात्रू र सूपको चूर्ण बराबर नै मिश्री मिलाएर कुनै भाँडोमा राख्नु । ४ मासाको मात्रा राति मुले बेलामा ३-४ दिनसम्म खाने र त्यसपछि एक एक मात्रा तीन महिनासम्म खानु । यसले नेत्रज्योति बढ्दछ ।

अथवा- प्याजको स्वरस महमा मिलाएर आँखामा लगाउनाले नेत्रज्योति बढ्दछ र नयाँ मोतिबिन्दु आराम हुन्छ ।

अथवा- आँखामा नित्य रसोत (चूत्रोको चूक) लगाउनु पनि गुणकारी हुन्छ ।

अथवा- नीमको फूल छायामा सुकाएर पित्रू, यो चूर्णबराबर कलमी सोडा पिनेर यसमा मिलाउनु र दुई तीन दिनसम्म खल गर्नु, अनि कुनै मसिनो कपडामा छानी शीशामा राख्नु । सलाईको काँटीले आँखामा लगाउनु । नेत्रज्योति खूब बढ्दछ, नयाँ मोतीबिन्दु आराम हुन्छ ।

अथवा- जरायोको सिंग पानीमा पित्रू र कागतीको रसमा खूब खल गर्नु, मरीचको दाना जत्रो गोली बनाउनु । यो गोली पानीमा घोटेर आँखामा लगाउनु, आँखाको जालो छिटै नष्ट हुन्छ ।

अथवा- परेवा या भंगेराको बिष्टा पिनेर आँखामा लगाउनाले पनि फूलो परेको निको हुन्छ ।

अथवा- नौसादर र फिटकिरी समभाग लिएर पित्रू, मसिनो कपडाले छान्नु । यो आँखामा लाउनाले फूलो, रतींधी आराम हुन्छ र दृष्टि बढ्दछ ।

दाँतको रोगमा

दाँत सफा नगर्ने आदत, सधैं दतिवन नगर्नु, दाँत कोट्याउने बानी, भोजनपछि दाँत सफा नगर्नु, ज्यादै तातो भोजन या अधिक तातो चिया पिउने बानी, गरम भोजन पछि तुरन्त ठण्डा पानी पिउनु, अमिलो, गुलियो पदार्थ धेरै खानु, पान या तमाखु अधिक खानु आदि कारणबाट दाँत छिटै बिग्रन्छ । मह, पिप्ला र धिउ एकै ठाउँमा मिलाएर मुखमा राख्नाले दाँतको पीडा र दाँत हल्लिएको आराम हुन्छ ।

अथवा- हलेदो मसिनो गरी पिनी कपडामा राखेर दुख्ने दाँत मुनि राख्नाले र हलेदो दाँतमा मल्नाले दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- कपूरको चक्का दाँतको तल राख्नाले या दाँतको छिद्रमा भरिदिनाले पनि दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- अकरकरा र कपूर समभाग पित्रू र यस चूर्णले दाँत मल्नु, जबसम्म आराम हुँदैन, दुई-दुई घण्टाको फरकमा मल्दै रहनु, दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- जरायोको सींग साना साना टुक्रा गरेर एकनासको भाँडामा राखेर मुख बन्द गरी सुकाउनु, गुईठामा राखेर आगो लगाउनु । पछि झिकेर पित्रू । यो खरानीले दाँत मल्नाले दाँत दुख्ने निको हुन्छ । दाँत सफा हुन्छ । यो खरानी ३ मासा गरम घिउमा मिलाएर खानाले हृदयशूल र कमर दुख्नु आदि आराम हुन्छ ।

दाँतको लागि अपूर्व मन्जन

हरिद्वारी पत्थर गेरू ८ तोला, भुटेको फिटकिरी १ तोला, मरीच १ तोला, निलगिरी तेल २ मासा, भीमसेनी कपूर १ मासा, बज्रदन्ती भुटेको मसिनो धूलो २ तोला सबै मिलाइ राम्ररी पिनी छानी बिक्रो बन्द गरी शिशीमा राख्नु । यस चूर्णले नित्य दाँत माज्नाले मजबूत हुन्छ । दाँतको पीडा आदि शान्त हुन्छ । दन्तरोगको अमोघ औषधी हो ।

अथवा- बज्रदन्ती को भुटेको धूलो ५ तोला, भुटेको फिटकिरी १ तोला खयर ३ तोला, मरीच १ तोला, कपूर ६ मासा, रातोमाटो १० तोली सबै राम्रो पिनी छानी राख्नु । रस चूर्णले प्रतिदिन दाँत माइनु दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- बज्रदन्तीको भुटेको धूलो, फिटकीरी, सिधेनून,

करूवातेल मिलाएर नित्य दाँत माइनु, यसले पनि दाँत दुख्ने आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो हरो, नागरमोथे, खयर, कपूर, सुपारीको भस्म मरीच, ल्वांग दालचिनी सबै एक एक तोला, रातो माटो १ तोला सबै पिनी छानी राख्नु । यस मन्जनले नित्य दाँत माइनाले दाँतको अनेक रोग आराम हुन्छ ।

सर्पविष चिकित्सा

बिरालो, न्याउरी, मुजुरको शरीरमा सर्पको विषको प्रभाव हुँदैन । सर्पले टोकेको मनुष्य बेहोस हुन्छ । नाडी चल्दैन र विषको तेजले श्वास चलन पनि बन्द हुन्छ । तर मरेको हुँदैन । नमरेको पत्ता लगाउन प्रकाश भएको ठाउँमा रोगीको आँखा खोलेर हेर्नु । यदि उसको आँखाको पुतलीमा आफ्नो प्रतिबिम्ब देखियो भने, बाँचेको हुन्छ । नत्र मरेको हुन्छ । रातमा बत्तीको प्रतिबिम्ब आँखामा पर्छ पर्दैन हेर्नु धाहाहुन्छ ।

सर्पले टोकेको स्थानमा तत्काल एक पछि अर्को गरी ४-४ अंगुलमा छिटै माथितिर खूब कसर रक्त संचार माथितिर हुन नसक्नेगरी बाँधिदिनु । तलतिर बाँधेर विष माथि गयो भने बेकार हुन्छ । तसर्थ पहिले टोकेको ठाउँको ४-६ अंगुल माथि थागो, कपडा, छालाको डोरीले बाँधिदिनु । बाँधेको आसपासको रौं लडेको छ छैन हेर्नु, जहाँसम्म रौं लडेको हुन्छ त्यहाँसम्म विष पुगेको सम्झनु पर्छ । विष जब रौंको जरामा पुग्छ रौं लड्छ । विष अघि सरेँ गयो भने यस्तै रौं ढल्दै जान्छ । अर्को कुरा, जहाँसम्म विष पुगेको छ त्यहाँको रगत कालो हुन्छ । नसा नीलो हुन्छ । यो कुरा विचार गरी माथितिर बाँधिदिनुपर्छ, ताकि विष माथि सर्न नसकोस् । काटेको ठाउँमा क्रस (+) जस्तो एक चिह्न काटेर बनाउनु र त्यहाँको रगत

निचोर्नु । रोगीलाई सुत्न न दिनु । उसँग कुराकानी गर्नु, निर्बिसी र सतुबा घोटेर लगाउनु र पियाउनु । सर्पले काटेको मानिसलाई घिउ र मह या घिउ मिलाएर औषधि खान दिनु । विषमा घिउ बढी लाभदायक हुन्छ ।

मेष संक्रान्तिको दिन मुसुरको दाल र नीमको पत्ता मिलाएर खानाले एक वर्षसम्म कुनै विषको भय हुँदैन ।

अथवा- नित्य प्रातः काल नीमको तीन पात त्रषाउने गर्नु, सर्पको विषको भय हुँदैन ।

अथवा- वृष संक्रान्तिबाट तीन दिनसम्म सिरिसको एक एक बीज खानाले सर्पले टोक्दैन ।

रायो र नौसादर मिलाएर घरमा छर्किदिनाले सर्प त्यो घर छोडेर भाग्छ ।

नौसादर र राई (रायो) सर्पलाई लाग्यो भने सर्प मर्दछ ।

मुसुरो र नीमको पातसँग सिरिसको जरो र एक बीज पिनेर वैशाखमा ३ दिनसम्म खानाले एक वर्षसम्म विष र भौलोको ज्वरोको भय हुँदैन ।

कार्चोलिक एसिड छर्किदियो भने त्यसको गन्धले पनि सर्प भाग्दछ ।

घिउ, मह, नौनी, पिप्ला, अदुवा, मरीच, सिधेनून यो सात चीज पिनेर छानेर सबै मिलाई सर्पले टोकेकोलाई खुवाउनु । सर्पले टोकेको अमोघ औषधि हो निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून एकभाग, मरीच एक भाग, नीमको पात दुई भाग, सबै पिनी मह र घिउसँग खुवाउनाले स्वावरजंगम सब प्रकारको विष उत्रन्छ ।

सर्प र बौलाहा कुकुरले टोकेको ठाउँमा तत्काल पिसाब गरिदिनु र रगत निचोर्नु ।

आँकको पान माथि सफेद धूलो लागेको हुन्छ । त्यसलाई केहीले खुर्की र एक ठाउँमा जम्मा गरी आँकको दूध मिलाई घोटनू र चना जत्रो गोली बनाउनु । सर्पले टोकेकोलाई २०-२० मिनेटको फरकमा एक एक गोली खुवाउनु । ६ गोली खाउन्जेल मुखको स्वाद मीठा हुन्छ, सानै गोली खाएपछि तीतो हुन्छ । तीतो भए पछि विष उत्रयो भन्ने सम्झनुपर्छ । अनि अरु गोली न दिनु । सर्पले टोकेको यो अमोघ औषधि हो ।

जहर मौहरा (झारमौरो) गुलाफ जलसँग हुंगामा घोटेर एक पटकमा एक दाना (गहुँ बराबर) सर्पले टोकेको मानिसलाई खान दिनु र टोकेको ठाउँमा पनि लगाउनु । यो चाटे पछि बमन हुन्छ, फेरि चटाउनु बमन हुँदै चटाउँदै जानू, जब चटाउँदा बमन हुन छोड्छ अनि विष छैन भन्ने सम्झनु । स्थावर जंगम सबै प्रकारको विषको यो राम्रो औषधि हो । जब पेटमा विष बाँकी हुँदैन तब यो चटाउँदा बमन हुँदैन ।

जहरमौहरा दुई प्रकारको हुन्छ । एक प्राणीज जहर मौहरा भ्यागुतो टर्टर टर् गरी कराउँदा उसको गला फुल्छ र त्यो गल्फुलोमा पाइन्छ । दोस्रो खनिज जहरमौहरा एक प्रकारको पत्थर हो त्यसको रंग केही पहुँलो भएको सफेद हुन्छ । वैद्यको पसलमा पाइन्छ ।

बौलाहा कुकुरले टोकेको चिकित्सा

कुकुर बौलाएपछि त्यसको पुच्छर सीधा भएर लट्किन्छ, मुखबाट राल बहन्छ । गर्दन टेढो हुन्छ । अंधो र बहिरो जस्तो हुन्छ । अरु कुकुर त्यसलाई देखेपछि भाग्दछन् । बौलाहा कुकुरले र श्यालले टोकेपछि मानिसलाई ज्यादै चिन्ता हुन्छ । बुद्धिहीन हुन्छ । मुख सुक्छ,

प्यास लाग्छ, न राम्रो सपना देखिन्छ । उज्यालो मन पर्दैन । एकलै बस्न मन लाग्छ । शरीर रातो हुन्छ । अन्त्यमा रून थाल्दछ । पानी देखेपछि डराउँछ । ऐनादेखि डराउने, पानीदेखि डराउने र भुक्ने भएपछि प्रायः मर्छ । यसको जुठो जसले खान्छ वा यसले अरूलाई टोकेको छ भने सो पनि बौलाहा हुन्छ । पागल कुकुरले टोकेपछि ७ दिनपछि मनुष्यको अवस्था बदलिन्छ । टोक्ने कुकुर बौलाहा हो होइन भन्ने राम्ररी एकीन गरी चाँडै औषधि गर्नुपर्छ । सबभन्दा वेश त पहिले प्रारम्भिक उपचार गरिहाल्नु वेश हुन्छ । पत्ता लगाउँदै जानुपर्छ ।

परीक्षा

ओखरको गुदी कुकुरले टोकेको घाउमा एक घण्टासम्म राखी त्यहाँबाट झिकी कुखुरालाई दिनु, कुखुराले त्यसलाई खाएन वा खाएर मर्नो भने कुकुर बौलाहा रहेछ भन्ने सम्झनु । पहिले घाउबाट अलिकति रगत जानदिनु, यदि रगत निक्लेन भने निचोरेर पनि निकाल्नु र पहिले कुकुरले टोकेको ठाउँमा सरस्यूको तेलमा बालेको बत्तीको तेल लगाउनु । फेरि खुर्सानी पिनेर घाउमा लगाउनु, त्यसमाथि माकुरको जालोको पट्टी बाँधिदिनु । आराम हुन्छ ।

अथवा- लहसून पिनेर वा प्याजको रस महमा मिलाएर घाउमा लेपन गर्नु ।

अथवा- शुद्ध कुचिलो, शुद्ध मीठा विष, शुद्ध सुहाग समभाग लिएर पित्रू र यसबाट एक एक लाल औषधि नित्य खानुः २१ दिनमा बौलाहा कुकुरले टोकेको आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको दूध लेपन गर्नाले बौलाहा कुकुर र बिच्छीको विष आराम हुन्छ । यो अमोघ उपाय हो । पुरानो घिउ पियाउनु पनि पथ्य छ ।

अथवा- सूठो र चिरायतो मिलाएर बाखाको दूधमा पिनेर लेप गर्नाले खुइरे रोग निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- गंधक पानीमा पिनेर महमा मिलाएर लेप गर्नाले या अमलाको अमिलोको रसमा मिलाएर लेप गर्नाले केही दिनमा रौंहीन स्थानमा रौं पलाउँछ ।

अथवा- नीमको पात र बग्रको पात पिसेर शिरमा लगाउनु दुई घण्टापछि पखाल्नु । एकमहिनासम्म यसो गर्नाले कपाल लामो हुन्छ ।

अथवा- अमला कागतीको रसमा पिनेर रौंको जरामा मल्नाले या कालो तिलको पात कुटेर कपाल नुहाउनाले शिरको रौं लामो हुन्छ ।

अथवा- दारूहल्दी, हलेदो, चिरायतो, नीमको बोक्रा, असुरोको पात, लालचन्दनको धूलो समभाग लिएर पिनेर लेदो बनाउनु । लेदोको चार गुना बढी तिलको तेल र तेलको चार गुना बढी पानी मिलाएर पकाउनु । जब तेलमात्र रहन्छ उतारेर छात्रू । यो तेल लगाउनाले शिरको घाउ घटिरा आदि सबै चर्मरोग आराम हुन्छ । धैर्यपूर्वक केही दिनसम्म निरन्तर लगाउनुपर्छ । कहिलेकाहीँ कफ र वातको प्रकोपले कपालको जरा कडा र रूखो हुन्छ । शिरमा चायाँ पर्छ । त्यसको लागि रातीगेडी पिनेर लेदो बनाउनु र लेदोको चार गुना तिलको तेल; तेलको चौगुना भुंगीराजको रस लिएर सबै मिलाई आगोमा पकाउनु । तेलमात्र बाँकी भएपछि उतारेर छात्रू । यो तेल शिरमा लगाउनाले शिरको चायाँ, चिलाउनु, शिरपीडा आदि आराम हुन्छ । अफीमको दाना दूधमा पिनेर लेप गर्नाले शिरमा चायाँपर्ने ठीक हुन्छ ।

जरायोको सींगको भस्म

जरायोको सींग एक सेर लिएर टुक्रा टुक्रा पारेर घिउ र मह समभाग लिएर त्यसमा डुवाएर राख्नु । दोस्रो दिन ती टुक्रा एक हाँडीमा राखेर मुख बन्द गरी दुई हात लामो र दुई हात चौडा खाडलमा गुहँठा भरेर हाँडी त्यसमाथि राखी आगो लगाउनु । ठण्डा भए पछि औषधी उतारेर फेरि मह र घिउमा डुवाएर फेरि पहिले जस्तै आगोमा बलाउनु । ७ पटक यसै गर्नु । छैटौँ र सातौँ पटक हाँडीमा घिउकुमारीको गुदी र आँकको दूध पनि मिलाएर आगो लगाउनु । एक लालको मात्रा गर्नु । अनुपान भेटले खोकी, निमोनिया, ज्वर, जोर्नीको पीडा आदि सर्वरोग आराम हुन्छ । बाल वृद्ध सबैको लागि हितकर महात्माको रामबाण औषधी हो ।

सर्वरोग निवारक “नीम कल्प”

नीमको सुकेको पात ४ तोला, नीमका बोट्का ४ तोला, नीमको काँचोफल ४ तोला, नीमको पाकेको फल ४ तोला, त्रिफला १२ तोला, पिप्लामूल ४ तोला, कालोजीरा ४ तोला, सेतो जीरा ४ तोला, सीधेनून ४ तोला यी सबै नीमको रसमा १२ घण्टासम्म खलगरी ३६० गोली बनाउनु । आश्विन संक्रान्तिदेखि आरम्भ गरी नित्य प्रातःकाल एक गोली ठन्डा पानीसँग एक वर्षसम्म सेवन गर्नु । एक वर्षपर्यन्त मादक पदार्थको सेवन नगर्नु । ब्रह्मचर्यको पालन गर्नु । औषधी सेवन गर्नुभन्दा पहिले एक दुई दिन जुलाफ लिएर शरीर शुद्ध गर्नु । एक वर्षसम्म नियमपूर्वक औषधी सेवन गर्नाले निश्चय नै शरीर सर्वरोग मुक्त हुन्छ ।

बुद्धिकल्प

मालकागुनी (ज्योतिष्मती) लाई तीन दिनसम्म गोमूत्रको भावना

दिएर शुद्ध गरी सुकाएर त्यसको तेल निकाल्नु । नित्य त्यो तेल दुई थोपादेखि सात थोपासम्म क्रमशः बढाउनु । नित्य सात थोपा तेल ब्राह्मी र शंखपुष्पाको रसमा पकाउनु । एक तोला घिउ भित्र १ हप्तासँग सेवन गर्नु । प्रतिवर्ष दिनको दुई घटक ४० दिनासम्म सेवन गर्नाले र मादक पदार्थ छोडनाले वौद्धिक शक्ति कायमै रहन्छ ।

सूठोकल्प

राम्रो सूठो दुई सेर ल्याई कुटपिस गरी छान्नु । त्यसमा आधार पुरानो चाकु र एक सेर गाईको घिउ मिलाएर गाईको मही घन केही मिलाई राम्रोसँग मल्नु र योटा चिल्लो माटाको भाँडोमा राखी त्यो हाँडीको मुखमा कपडा मिट्टी गरी सुकाउनु र त्यो हाँडीलाई एक महिनासम्म धान भित्र दबाइदिनु । त्यसपछि झिकी २-३ गन्नाको मात्रा गरी खानु ६ महिनामा मनुष्यको सर्वरोग नष्ट हुन्छ । यो औषधी प्रयोग गर्नु अघि २-३ दिन जुलाफ लिएर पेट सफा गर्नुपर्छ ।

चीताकल्प

"नेत्राय स्वाहा" यम मन्त्रले शुभ नक्षत्रमा चीता ल्याएर छायाँमा सुकाएर कुटपिस गरी छान्नु । अनि घिउ र मूहको साथ २-३ तोलाको मात्रा गरी नित्य खानु र दुध भात खानु, मनुष्यको सर्वरोग मुक्त हुन्छ । औषधी सेवन गर्नु अघि पेट सफा गर्नुपर्छ ।

आम्रपाक

राम्रो जातको पाकेको आम्रको रस १०२४ तोला, त्यसको चौथाई भाग अर्थात् २५६ तोला चिनी, त्यसको आधा अर्थात् १२८ तोला गाईको घीउ, सूठो ३१ तोला, मरीच १२ तोला, पिप्पला ८

तोला यी सबै कुटपिस गरी २५६ तोला पानीमा मिलाएर एक माटाको भाँडोमा मध्यम आँचले पकाउनु । दाउगले चलाउनु । केही पाकेपछि पिप्लामूल, नागरमोथे, चव्य, धनियाँ, सेतो जीरा, कालो जीरा, सूठो, दालचिनी, तालिसपत्र यी सबै पिनेर छानेको चूर्ण ४-४ तोला पाकमा मिलाउनु । मध्यम आगोमा (आँचमा) विस्तार विस्तार चलाउनु । पाक सिद्ध भएपछि झिकेर ठण्डा हुन दिनु । ठण्डा भएपछि त्यसमा ६५ तोला मह मिलाएर त्यसलाई जमन दिनु । कडा भएपछि काटेर दुक्रा दुक्रा बनाएर शीशी अथवा चाइनिज माटोको भाँडोमा राख्नु । यो पाक नित्य ३-४ तालाको मात्रा गरी भोजनको अघि सेवन गर्नाले सब रोग शान्त हुन्छन् । बल पौरुष बढाउनको लागि राम्रो औषधी हो । स्त्रीहरूको मृतवत्सा र गर्भपातको दोष पनि ठीक हुन्छ ।

तक्रकल्प

एमेविक डिसेन्ट्रीको अचूक औषधी हो । यो रोग दुःसाध्य रोग हो । यो रोगको प्रसार सिष्टद्वारा हुन्छ । प्रारम्भिक अवस्थामा यो उग्र गतिशील हुन्छ । पछि यसको सन्तान जुन पहिले ठूलो आकृतिमा हुन्थे साना आकृतिका हुन्छन् र केही दिनपछि त बिल्कुल गोलाकार हुन्छन् । यसैलाई सिष्ट (Syst) भन्दछन् । यदि मलपरीक्षाबाट मलमा सिष्ट छ भन्ने विश्वास भयो भने तक्रकल्प गर्नुपर्छ । यसले अवश्य लाभ हुन्छ । ८-१० दिनमा शरीरको तौल बढ्छ । यो कल्प कुनै चिकित्सकको सहायता बिना पनि गर्न सकिन्छ । मही लगभग १ महीनासम्म पिउनुपर्छ । तक्रकल्प गरेको समयमा एलापेथीको डायोडोक्सी क्वीनोलिनको पूरा कोर्स र २० चक्की कार्बर्सोन पनि खायो भने निश्चय नै रोग नाश हुन्छ । आयुर्वेदिक औषधीमा कल्पकालमा कुटज चूर्ण, कुटजारिष्ट, पञ्चामृत पर्यटी, यी मध्ये

सुनै लिनुपर्छ । कल्प कालमा हप्तामा एक पटक एनिमा (पानी) लिनु आवश्यक छ । महीको मात्रा भोकको हिसाबले विस्तार विस्तार बढाउनु पर्छ ।

संयमको आवश्यकता

माथि भनिए जस्तै तक्रकल्पको अवधिमा महीको अतिरिक्त अरू केही खानु हुँदैन । मिठाई, घिउ, तेलमा तारेको चीज र अन्य गरिष्ठ खाद्य पदार्थ एकदम त्याग गर्नुपर्छ । कल्प अवधिमा धेरै कमजोरी महसूस भएमा कहिले कहिले धेरै दही र २-३ चक्की भिटामिन बि. कंफ्लेक्स प्रति दिन लिइरहनु पर्छ । रोग मुक्ति पछि २ महिनातक राति सुत्ने बेलामा ईसबगोलको धुलो तातो पानीसँग खानु बढी लाभकारी छ । कल्पपछि मूँगी या रहरको दाल, उसिनेको तरकारी, गहुँ या जौको रोटी र थोरै घिउ पनि लिन सकिन्छ । फलहरूमा काँचो या पाकेको मेवा, अनार आदि विशेष लाभदायक छ ।

स्मरणीय छ कि पेटका केही यस्ता रोगहरू एकपटक भएपछि निको हुन गाह्रो हुन्छ । यस्ता रोगहरूमध्ये एमेविक डिसेन्ट्री (प्रवाहिका) प्रमुख हो । एमेटिव इन्जेक्सन अधिक मात्रामा गर्नु पनि कहिले कहिले खतरनाक हुन्छ । यस रोगको प्रारंभमा रोगीलाई साधारणतः ४-६ पटक दिसा हुन्छ । पछि आउँ र रगत पनि हुन थाल्दछ । कति रोगीलाई त केही लक्षण दृष्टि गोचर हुँदैन या प्रारंभमा नै भएर लक्षण मन्द हुन्छ । रोगीलाई कुनै प्रकारको शिकायत या तकलीफ अनुभव हुँदैन । भोक लाग्छ । भोजन गर्दछ । दिसा पनि लगभग ठीक हुन्छ तर स्वास्थ्य भित्र भित्रै क्षीण हुँदै जान्छ । तरुणावस्थामा यो रोग भयो भने शरीरको तौल बढ्नुको सट्टा प्रतिदिन घट्दै जान्छ । धेरै समयपछि रोगीलाई स्वास्थ्यवर्धक आहार लिँदा मंदाग्नि, अपच, पेट गडगडाउनु आदि हुन थाल्दछ । परिणामस्वरूप

आन्त्रा कमजोर हुन्छ । यो रोगमा मट्टाकल्प (तक्रकल्प) रामबाण औषधी हो ।

हरो कल्प

निम्नलिखित विधिले यदि ठूलो हरो वर्ष दिनभर सेवन गर्ने हो भने प्रायः शरीर सर्व रोग निर्मुक्त हुन्छ ।

चैत वैशाख

ठूलो हरोको चूर्ण ३ मासा, मह एकदेखि दुई तोलासँग ।

जेष्ठ र आषाढ

ठूलो हरो चूर्ण मासा, चाकु एकदेखि दुई तोलासँग ।

श्रावण र भाद्र

ठूलो हरोको चूर्ण ३ मासा, सिधे, नून एकदेखि ३ मासासँग ।

आश्विन र कार्तिक

ठूलो हरोको चूर्ण ३ मासा, मिर्चा १ देखि २ तोलासँग ।

मंसिर-पुस

ठूलो हरो चूर्ण ३ मासा, पिपला २ देखि ३ मासासँग ।

साध-फागुन

ठूलो हरोको चूर्ण ३ मासा, सूठो एकदेखि ३ मासासँग ।

चन्द्रप्रभा र सूर्यप्रभावटी

यो आयुर्वेदको पेटेन्द्र औषधी हो । सबै ऋतुमा सबै प्रकारको रोगको लागि लाभदायक अगभूत औषधी हो । यमले सबै प्रकारको प्रमेह, मूत्रकुच्छ, सुगन्ध, १५ प्रकारको वात व्याधि, उदररोग, वायुगोला, पाण्डुरोग, सग्रहर्णा हृदय रोग, शूल, खोकी, भगंदर, पित्थरी, रक्तपित्त, विसमञ्ज्य, वातजन्य र पित्तजन्य रोग नष्ट भएर शरीर स्वस्थ हुन्छ र जटगर्भेन प्रतीक्ष हुन्छ । यी दुई औषधीमध्ये पनि सूर्यप्रभावटी पिसानमा चिनो आउने रोगमा अति लाभदायक सिद्ध भएका छ । धीर्यपूर्वक सेवन गरेर परोक्ष गर्नु । औषधी अनुभूत छ ।

हृदयको धडकनको औषधी

श्रवार (मृगा) भस्म, गुल्फंद या स्याउको मुख्खासँग सेवन गर्नाले आराम हुन्छ ।



के को अजीर्णमा के खाने?

पिशितपनसयोः स्यादाम्रबीजेन पाकः

कृशरमहिषयोषितक्षीरयोः सैन्धवेन ।

चिपिटपरिणतिः स्यात् पिप्पलीदीपिकाभ्या-

मपहरति तुषाम्भो द्वैदलानामजीर्णम् ॥

मासु र कटहरको अजीर्ण आँपको कोचाले शमन गर्दछ ।
खिचडी र भैसीका दूधको अजीर्ण सिधेनूनले पाक गर्दछ । पिपला
र ज्यानाले च्यूराको अजीर्ण शमन गर्दछ । माषको बोक्रा भूटेर
जोको पिठाका साथ भाँडामा राखेर पानि सहित बन्द गरेर राखदा
निक्लेको अमिलो पानीले द्विदल (दालहरू) सम्बन्धी अजीर्ण शमन
गर्दछ ।

कर्पूरपूगीफलनागबल्लीकाशमीर जातीफलजातिकोशम् ।
कस्तूरिकासिल्हकनारिकेल फलं पचत्याशु समुद्रफेनः॥

कर्पूर, सुपारी, पान, केशर, जाइफल, जाईपत्री, कस्तूरी, हिङ्ग,
नरिवलको पानी यिनिहरूको अजीर्ण समुद्रफेनले शमन गर्दछ ।

श्यामाकनीवारकुलत्थषष्टि निष्पावकङ्गूर्दधिमण्डकश्च ।
विश्वाकुलत्थौ तिलतैलयोगाज्जटाञ्जिनाथस्य निहन्त्यथाम्रम् ॥

सामा, गहत, साठी भटमाष, कागुनु - दहीका तरले, अदुवा;
गहत तिलको तेलले, मोथेको जराले आँप पचाउँछ ।

कसेरुशृङ्गाटमृणालमृद्वीखर्चूरखण्डा अपि नागरेण ।
पलांशभस्माम्बु तथार्द्रजो वा रसो निहन्याद् रसभिक्षुजातम् ॥

कसेरु, शिङाडा, कमलनाल, छोहरा, खजूर, मिश्रिको पाक
शुठाले गर्दछ । पलाँशको खरानीको पानी अथवा अदुवाको रसले
उँखुको रसको पाक गर्दछ ।

अम्लेन केनाप्यथवोषणेन कोष्णाम्बुना वा घृतमेति पाकम् ।
तिलादितैलान्यपि काञ्चिकेन सर्जस्य भञ्जा पनसाम्लक्यां ॥

अमिलो अथवा मरिच या तातो पानीले घिउ पचाऊँछ ।
काञ्चिकले तेलको पाक गर्दछ । सालधूपले कटहर र अमलाको
पाक गर्दछ ।

व्योषै रसाला सुरभीपयस्तु कोष्ठोन मण्डेन विपाकमेति ।
शङ्खस्य चूर्णेन हयारिनारीपयो दधि क्षिप्रमुपैति पाकम् ॥

सूठो, मरिच, पिपलाले सिकर्नोको पाक गर्दछ । तातो माँडले
गाईको दुध पचदछ । शङ्खभस्मले भैसीको दुध, दही चाँडो पाक
गर्दछ ।

शुण्ठी सतीनस्य च नागरङ्ग जम्बीरयोः कोद्रवको निहन्ता ।
जराभिरा गैरिकचन्दनाभ्यामभ्येति पाकं बहुशोऽनुभूतम् ॥

ढूलो केराउको पाक सूठाले गर्दछ, मुत्तला र ज्यामीर कोदाले
पचाउँछ, गेरु र चन्दनले सुरालाई पचाउँछ ।

वटो वेशवारात्त्वङ्गेन फेणी शमं पर्यटः शिग्रु बीजेन याति ।
कणामूलतो लङ्ङुकापूपसट्टाविपाको भवेच्छष्कुलीमण्डयोश्च ॥

बाराको अजीर्णमा वेशवार (पिनेको धनियाँ रायो मरीच सुठो)
(हाड न भएको मासुमात्र थिची तेस्मा गुड मिलाएर उसिनी पिपला
र मरीच) मिलाइ खाए पाक हुन्छ । फिनीको अजीर्ण ल्वाङले शान्त
गर्दछ । सहेजनले पापडको अजीर्ण शान्त गर्दछ । पिपलाका जराले
लङ्ङू, मालपूत्रा र पक्षि विशेषको मासुको पाक गर्दछ । तिल चामल
माष मिलाएर बनाएको यवागुको अजीर्ण पनि पिपलाका जगले
पाक गर्दछ ।

जीर्यन्त्येवं पायसं मुद्रयूषात् सामुद्रादप्यारनालं सुखाय ॥

मूगका दालको पानीले खीस्को पाक गर्दछ, सामरीनूनले काज्रिकको अजीर्ण शान्त गर्दछ ।

तप्तं तप्तं हेम वा तारमग्नौ चारं चारं क्षिप्तमम्भस्सु तच्च ।
पीत्वावश्यं दीर्घकलोपपन्नमम्भोऽजीर्णं शीघ्रमेवं जहाति ॥

तताएको सुन अथवा पीतल चार चार चोपियेको पानी पिएपछि धेरै कालदेखि भएको पानीको अजीर्ण चाँडो शान्त गर्दछ ।

पालङ्किकाकेमुककारवेल्लवार्ताकवंशाङ्कुरमूलकानाम् ।
उपोदिकालाबुपटोलकानां सिद्धार्थकां मेघरवश्च पक्ता ॥

पालुङ्गो, किमू, करेलो, भण्टा, दुसा मूलाको र कबैलौका घरघरको पनि सैस्त्रू र लुडेले पाक गर्दछ ।

पटोलवंशाङ्कुरकारवेल्लफलान्यलान्गुनि बहूनि जग्ध्वा ।
क्षारोदकं ब्रह्मतरोर्निपीय भोक्तुं पुनर्वाञ्छति तावदेव ॥

परवर, दुसा करेलो, लौको धेरै खायेर भएका अजीर्णमा पलाँशको खरानी फिटेर पानी पियो भने फेरी खाने इच्छा गर्दछ ।

विपच्यते सूरणको गुडेन तथालुकं तण्डुलतोयपानात् ।
जम्बीरनीरेण निशा रसोनं मुस्तेन तूर्ण परिणाममेति ॥

गुडले सूरण, चौलानीले आलु पचदछ । ज्यामोरको रसले हलेदो; मोथेले लसुन चाँडै पाक हुन्छ ।

चञ्चुकसिद्धार्थकवास्तुकानां गायत्रिसारक्वथितेन पाकः ।
सर्वाणि शाकान्युपयान्ति पाकं क्षारेण सद्यस्ति लनालजेन ॥

चमसूर, सस्थू, बेथेका शाग, खयरको सारको काढाले पचदछ । तिलका डाँठको खरानीले सम्पूर्ण शागहरू पचदछन् ।

आम्रातकोदुम्बरपिप्पलानां फलानि प्रक्षश्चटादिकानाम् ।
स्युः शर्मणे पर्युषितोदकेन पिप्पलमज्जा च कदुष्ठाकेन ॥

बासी पानीले अमारो दुग्धी, पिप्पलका फलको र पाखुरी र
वरका फलको पनि पाक गर्दछ । चिरीजीको गुदी ताता पानाल पाक
गर्दछ ।

स्नेहाजीर्णं रोगिणां मृद्गचूर्णं लाजा मुस्तो हन्ति वै रेचकानाम् ।
माषेण्डर्या निम्बमूलेनपाकश्चिच्छा मृश्चत्यम्लतां चूर्णयोगात् ॥

चिल्लाको अजीर्ण मूँगका चूर्णले जमन गर्दछ । रेचक पदार्थको
अजीर्ण लाबाले जमन गर्दछ । माषेण्डरीको नीपका जराले पक्क
हुन्छ । तिताले अमिलो चूनमा संयन्त्र्याट अमिलो छोड्दछ ।

उष्णेन शीतं शिशिरेण चोष्णमम्लेन च क्षारगणो गुणाय ।
स्नेहेन रूक्षं वमनातियोगे सिद्धा हिता स्यादिति काशिराजः ॥

ताताले चीसोमा, चीसाले तानोमा, अमिलाले क्षारमा, चिल्लाले
रूखामा हित गर्दछ । ज्यादा वमन भएमा मिश्री हितकर छ, चागे
वैद्यराजको भनाइ छ ।

ताम्बूलमध्यस्थितचूर्णकेन सन्दह्यते यस्य मुखं नरस्य ।
तैलेन वा केवलकाञ्चिकेन सुखाय गण्डूषमसौ विदध्यात् ॥

पानमा राखेका चूनले मुखमा जलन भएमा-तेलले अथवा
खाली काञ्चिकले कुल्ता गरे तिको हुन्छ ।

शीतोदकं नस्यजरोगहारि नारीपयश्चाञ्जनरुग्विनाशि ।
शैलोदकं धूमगदे प्रशस्तं धात्रीप्रलेपोऽतिविरेचनेषु ॥

चिसो पानीले नसबाट पैदा भएको नाकको रोग हरण गर्दछ ।
अञ्जनले पैदा भएको आँखाको रोग स्त्रीका दुधले नाश गर्दछ ।

धूर्वाबाट भएका रोगमा पर्वतबाट निक्लेका छहराको पानीले र शिलाजितले हित गर्दछ । धेरै झाडा - पखाला लागेमा नाभिमा अमलाको लेप लगाए निको हुन्छ ।

‘प्रवातसुप्तिः सुरतावसाने ।’

मैथुनको थकावट हावामा निदाए हराउँछ ।

श्रवणपूरणजे तिलतैलतः श्रवणपूरणमेव सुखं विदुः ।
कवलजेषु गदेष्वथ कारयेत् कवलमार्द्रकजद्रवजं पुनः ॥

कान धुनिए तिलको तेल कानमा हाले निको हुन्छ । खान लागेकांमा गला लाग्नु आदि केही भएमा अदुवाका रसले गास बनाएर खाएमा निको हुन्छ ।

एवार्धुचीनारुक्कयोः फलानि कूष्माण्डकं च त्रषुसीफलञ्च ।
निहन्ति सद्यो हि करञ्जबीजं शरं यथैवारणिमूलमेकम् ॥

जस्तै गैनीको जसो घोटेर निक्लेको आगाले नर्कट जलाए झै खरबूजा, चिनिया आरू, कुभिण्डो, काँक्रोहरू करञ्जबीजले चाँडै पचाउँछ ।

स्त्रीकेशाम्बु निपीतमाशु हन्यात्प्राचीनामलकं सपाणिमर्दम् ।
शुण्ठीधान्यकवारिहन्तिसद्यस्तांस्तान्नाम विलासजान् विकारान् ॥

घ्यूकुमारीको जराको पानी पिउनाले पानीअमला र पनेल (पैनार) को अजीर्ण शमन गर्दछ । विलासबाट भएका विकारहरूलाई सूठो र धनियाँका पानीले शान्त गर्दछ ।

मदयति नहि मद्यं जातुचेत्पीतमद्यः पिबति घृतसमेतां शर्करामेव सद्यः ।
अधघनमधुकैलाकुष्टधान्यैलबालुप्रकटितकवलास्येमद्यगन्धोपिनस्यात् ॥

रक्सी पियेका मानिसले तुरन्त घ्यू चिनी मिलाए खायो भने
रक्सी लाग्दैन । रक्सी खायेका मानिसले मोथे, जेठी मधु, अलैंची,
कुट, धनियाँ, एलुवा मुखमा राखेपछि रक्सीको गन्ध पनि हुँदैन ।
कूष्माण्डकस्य स्वरसो गुडेन पीतो मदं कोद्रवजं निहन्ति ।
पयो निपीतं सितया समेतमुन्मत्तमत्तत्वमपाकरोति ॥

गुड मिलायेर कुभिण्डाको रस पिउनाले कोदाको रक्सीको
नसा नाश गर्दछ । मिश्री मिलाएको दूधले घत्राको नसा नाश गर्दछ ।
घ्रात्वा स्वकक्षं विपिनोपलं वा सम्प्राश्य किञ्चित्पटुशर्करां वा ।
शीताम्बु पीतं घुलुकेन वापि प्रसह्य पूगीमदमुज्जहाति ॥

सुपारीको नशामा आफ्नो काखी अथवा वनको ढुङ्गो सुँघ्नु
अथवा चिनी खानु अथवा अँजुलीले पानी पिउनु छोड्दछ ।
विश्वौषधचपलोषणसैन्धवधान्याकहिङ्गुरजनीभिः ।
करकाजाजियुताभिर्गदितो मुनिभिस्तु वेशवारोद्यम् ॥

सूठो, पिपला, मरीच, सिधेनून, धनिया, हिङ्ग, हलेदो, दाडिम,
जिरा यिनी सबै मिलायेको वस्तुलाई मुनिहरूले वेशवार (वेसार)
भन्दछन् ।

स्वप्नमेवोष्ट्रयानस्य गजयानस्य मैथुनम् ।
मर्दनञ्चाश्वयानस्य पदभ्यां यानस्य भोजनम् ॥

ढँटा चढेका मानिसलाई सुत्नु हित हुन्छ, हाति चढेको थकावट
मैथुनबाट शान्त हुन्छ, घोडा चढेको थकावट मालिस गरे ठीक हुन्छ,
पैदल हिँडेको थकावट भोजन गरे ठीक हुन्छ । (अमृत मञ्जरी)



अर्कप्रधान-औषधी-गुणहरू

१. अशोकसार :- सुगन्ध शीतल रसायन कषाय मधुर रक्तरोधक रक्तशोधक मृतीकासम्बन्धि समस्त रोगनाशक समग्र नारीरोगनाशक त्रिदोषनाशक ।

२. अपामार्गसार :- तीक्ष्ण तीक्ष्ण उष्ण रक्तरोधक वमनकारक, कफ वात अपच उदररोग दाह अर्श रक्तशतिसारनाशक ।

३. आमलकीसार :- अमला मधुराम्ल शीतल दीपन पाचन रुचिकर रसायन जसव्याधिनाशक कायकल्पकारक भेदी मस्तिष्कहितकारक, रक्तपित्त प्रमेह प्रदर क्षिप वमन ज्वर शोथ तुषा त्रिदोषनाशक ।

४. आर्द्रकसार :- गुरुभेदी तीक्ष्ण उष्ण दीपक पाचक रुचिकर पिरा मधुर कटु रूखो जिह्वाकण्ठशोधक, प्रतिश्याम कुष्ठ पाण्डू मूत्रकृच्छ्र रक्तपित्त व्रण ज्वर दाहनाशक ।

५. आरम्बधसार :- राजवृक्षफल मधुर रसायन हृद्यभेदी वातपित्त रक्तविकार उदावर्त ज्वर शूल अवष्टम्भनाशक ।

६. इन्द्रियवसार :- तीक्ष्ण तीक्ष्ण शीतल मलावरोधक उष्णवीर्य पाचक दीपक वातकारक, दाह पित्त सर्वज्वर शूल अल्काइ अतिसार त्रिदोष कुष्ठ कृमि विसर्प आम रक्तार्शरोगदोष भ्रम श्रम ग्लानिनाशक ।

७. इन्द्राणीसार :- सानु ठूलो दुबे इन्ध्रेनि तीक्ष्ण पाक पित्त भेदी हलुको उष्णवीर्य, कामला कफ पित्त फियो यकृत पेटरोग श्वास कास कुष्ठ गुल्म ग्रन्थि व्रण प्रमेह मूढगर्भ आम गण्डमाला विषदोष नाशक । फलमूलोपयोग ।

८. उपोदिकासार :- (पुदिना) केही गह्रौं, स्वादिष्ट हृद्य

मलावरोधक मूत्रशोधक विष दोष विसूचिका अतिसार वमन ग्लानि मन्दाग्नि ग्रहणी जीर्णज्वर कफ कास रक्तरोग कृमिरोगादिनाशक ।

९. उशीरसार :- सुगन्ध शीतल रक्तदोष तृषा विसर्प दाह व्रण कफ पित्त ज्वरादिनाशक ।

१०. कर्पूरसार :- शीतल वीर्यवर्धक सुगन्धित हलुको नेत्ररोगनाशक रक्तपित्त कफपित्त दाह विष तृषा मुखरोग विसूचिका शूल कृमि सर्वोदररोग रुघानाशक ।

११. कण्टकारिसार :- (सानादाना भएको विहिं) शीतल स्वादिष्ट स्वरशोधक रुखो ग्राही नेत्रहित अग्निदीपक व्रणशोधक नाडीशोधक सूक्ष्मरोपण मृदुवर्णकारक आनन्ददायक मेधाजनक रुचिकारक अल्पवातकारक, अर्शकुष्ठ कफ रक्तपित्त कृमि मद मेद ग्लानि तिर्षा वान्ति अतिसार दाह क्षत क्षय हिक्का विष वायु कास श्वास मलबद्धता त्रिदोषनाशक । (सानु बोट ठूलो फल भयेको विहिं) सारक केही तितो पिरो दीपक पाचक हलुको रुखो उष्णवीर्य वातपित्त कफ कास श्वास ज्वर कृमि प्रमेह पार्श्वपीडा हृदयरोग पिनासनाशक भेदी । फलप्रयोग उत्तम ।

१२. कन्यादिसार :- अल्काइमा तातापानीसित खाने लाउने तथा नाना रोगमा प्रयोग गर्ने ।

१३. काफलसार :- टर्रो मधुराम्ल रुचिकारक तीक्ष्ण उष्णवीर्य हिक्काकारक, कण्ठरोग कफ वात ज्वर कास श्वास प्रमेह प्रदर अल्काइ खोकि अरुचि उग्रदाह मुखरोग गुल्मनाशक ।

१४. काकजङ्घासार :- टर्रो उष्ण तितो शीतल कफनाशक वमनकारक गानु बसाल्ने, शोथ अल्काइ अर्श श्वेत कुष्ठ (दुवी) कफ पित्त ज्वर आँसु व्रण कण्डू विष कृमि बधिरता क्षतनाशक ।

घ्यूसित खाँदा शूल, तोरिका तेलसित खाँदा वातरोग निको हुन्छ ।
रानीसिन्का, अमला, भृङ्गराज, घी ३ को समरस तिलको तेलमा
पकायेर बत्ति बाली पानी सुकाइ शिरमा लाउँदा समस्त शिररोग
नाश हुन्छ र सेतो कपाल कालो हुन्छ ।

१५. कालहरिद्रासार :- (कचुर) तितो लघु उष्ण अग्निदीपन
रुचिवर्धक कोष्ठ अर्श घाउ खोकि श्वास गुल्म वात कफ
भृङ्गीरोगनाशक ।

१६. किरातसार :- तितो वातकारक रक्तशोधक भेदी शीतल
हलुको पथ्य रुचिकारक, तृषा कफ पित्त ज्वर कृमि दाह सन्निपण
शूल प्रमेह प्रदर कास श्वास अर्शरोग नाशक ।

१७. कुटसार :- कुटकी कटुको तितो पिरो लघु दीपन पाचन
ज्वरनाशक रुचिकारक रक्तशोधक त्रिदोषनाशक रुघा खोकी शिररोग
नेत्ररोग कण्ठरोग कुष्ठरोगनाशक सुगन्ध ।

१८. कुमारीसार :- शीतलभेदी तीक्ष्ण मधुर रसायन वृष्य
बल्य नेत्रहितकारी वीर्यवर्धक अग्निदाहशमन वात विष गुल्म प्लीहा
चकृत् वमन कफ ज्वर रक्तपित्त समस्त चर्मरोग समस्त कर्णरोग
शिरवेदननाशक ।

१९. कुशसार :- शीतल रुचिकर मधुर कफकर शुक्र-
रक्तशोधक कफरक्त रक्तपित्त श्वास तृषा विष मूत्रकृच्छ्र वस्तिशूल
कामला प्रदर प्रमेह रक्तविकार विस्पर्ष वमन मूर्च्छा पत्यरी प्रभृति
रोगनाशक ।

२०. केतकीसार :- केमरा कषायमधुर सुगन्ध हृद्य वृष्य बल्य
चक्षुष्य मुखदुर्गन्धशोधक रक्तशोधक प्रदर प्रमेह ग्रहणी वमन
विसूचिका सूतिवात छर्दि ग्लानिनाशक ।

२१. गजसार :- मुटुबलदायक फियो शूल दाह रक्तप्रवाह शिरोर्तिनाशक ।

२२. गुडुचीसार :- टर्पो कटु उष्णवीर्य मलरोधक रसायन बल्य मधुर दीपक पाचक हलुको हृदयहितकारी आयुवर्धक, ज्वर दाह तृषा रक्तदोष वात पित्त कफ श्रम पाण्डु प्रमेह प्रदर कामला त्रिदोष आठं खोकि कुष्ठ कृमि वातरक्त खर्जु मेद विष विसर्पनाशक । गुर्जो घिउसित खाये वातनाशक, गुडसित खाये मलरोधक, सब्बगसित खाये पित्तनाशक, महसित खाये कफनाशक, अँडिरतेलसित खाये वायु विष्टम्भनाशक, सुठोसित खाये आठं वातनाशक छ ।

२३. गुडत्वक्सार :- (दालचीनी) पिरो सुगन्ध मधुर तीक्ष्ण बल्य वृष्य कफ वात पित्त तृषा मुखरोग अरुचि अजीर्णनाशक ।

२४. गोरक्षपानसार :- पिरो हलुको रुखो विशद नेत्रहितकारी हृदयहितकारी रुचिकारक ग्रहनाशक रक्तशोधक श्लेष्मपित्तनाशक वार्धक्यहर विष्टम्भजनक अतिसारहर मलबन्धक मूत्रकृच्छ्र पत्थरी वात पित्तविकार त्वचारोग कृमिनाशक ।

२५. गोरक्षमुण्डीसार :- तिक्त मधुरभेदी तीक्ष्ण हलुको मेधाजनक बलवर्धक रसायन, गलगण्ड गण्डमाला लूतो विस्फोट अरुचि अजीर्ण वात कफ प्लीहा मेदोरोग उन्माद श्लीपद पाण्डु सर्वयोनिरोग सर्वधातुरोग अर्श मूत्रकृच्छ्र खोकि आम भृगी कृमि कुष्ठ पित्त विष श्वास कास अतिसार वान्ति दन्तरोगनाशक ।

२६. गोक्षुरसार :- (गोखुरु) अश्मरी मूत्रकृच्छ्र कास श्वास प्रमेह अर्शनाशक, शीतवीर्य पुष्टिकर मूत्रशोधक ।

२७. गोल्लातसार :- गौलेतो बल्य वृष्य दुग्धवर्धक रक्तशोधक

मुख कण्ठ जठर अन्त्र वायु पित्तक अवष्टम्भनाशक गलगण्ड गण्डमाला शीतलाशमन पशुगल भेकरुड्नाशक ।

२८. गौरांशसार :- गुराँसका फूल र बोक्राको सार विशेष मधुर टर्पो रसायन रक्तशोधक, धातुरोग, नेत्ररोग कण्ठरोग जठररोग हैजा ग्रहणी व्रण मत्स्यकण्टक प्रभृतिनाशक ।

२९. ग्वाङ्दलसार :- (वनआलु) यकृत् प्लीहा शूल गुल्म समस्त पेटरोगनाशक, वृष्य बल्य हृद्य रक्तशोधक त्रिदोषनाशक किञ्चिन्मदकारक ।

३०. घोटमरिचसार :- (घोडामर्चो) पिरो तीक्ष्ण सुगन्ध लघु लेखन शीतवीर्य रसायन रुचिकर पाचक दीपक सुगन्धनाशक रक्तमलमूत्रशोधक शुक्रवर्धक वात पित्त कफ कृमि शूल गुल्म प्लीहा श्लीषद यकृत् आनाह शोथ वान्ति ग्लानि पाण्डु गण्डमाला प्रतिश्याम सर्व ज्वर त्रिदोष सन्निपातनाशक ।

३१. चन्द्रगुणसार :- चन्द्रमाका सबै गुण भयेको सबै रोगमा प्रयोग गरिने सत्यजीवनको काम पनि गर्ने खाने लाउने नवरसमा मिलाउने ।

३२. चित्रकसार :- कालो चितो रक्तवात रक्तदोष कुष्ठ कृमि अग्निदाह समस्त पेटरोग ज्वर अरुचि वात पित्त कफ नेत्ररोग त्रिदोषनाशक । रसायन दीपक पाचक रोचक तीक्ष्ण उष्णवीर्य ।

३३. जपापुष्पसार :- शीतल मधुर स्निग्ध पुष्टिकर गर्भवर्धक ग्राही केशहित, वमन दाह प्रमेह प्रदर अर्श प्रभृति रोगनाशक ।

३४. जटामर्षीसार :- सूतिवात सर्ववात पित्त कफ कृमि सन्धिवेदना भित्री चोट त्रिदोष शिरोर्ति नेत्ररोगनाशक केशरञ्जक

रसायन वृष्य बल्य हृद्य चक्षुष्य आयुष्य चर्ममृदुकर व्रणरोपण
वर्णशोधक रक्तशोधक रुचिकर पाचक ।

३५. जम्बीरसार :- (कागती) मधुराम्ल रसायन हलुको
शीतल पथ्य, वर्णरक्त मलमूत्र कोष्ठशोधक हृदयहितकारी दीपन
पाचन रोचन, विसूचिक्रा वात पित्त शिरोवेदना कृमिसमूहनाशक ।

३६. ज्यामिरसार :- केही मधुर अमिलो वातनाशक पित्तजनक
पथि रोचक पाचक बलवर्धक अग्निदीपक शूल गुल्म कृमिनाशक ।

३७. जीरकसार :- (येता जीरो) मृत्रशोधक मलरोधक दीपक
पाचक हलुको केही शीतल पथ्य सुगन्ध रुचिवर्धक नेत्रहितकारी
गर्भशोधक रक्तशोधक रुग्ण शूल हृदि क्षय वात पित्त कफ कुष्ठ
विष विकार ज्वर त्रिदोष रक्तविकार कृमि अतिसार पिनास
गुल्मादिरोगनाशक । कालो जीरो पित्तादि नाना रोगनाशक ।

३८. ज्वराङ्कुशसार :- (पिरें) सुगन्ध शीतल लघु लेखन
दीपन पाचन रोचन-तृषा दाह ज्वर त्रिदोष रक्तविकार प्रदर प्रमेह
मूत्रघात मूत्रकृच्छ्र हृदयदौर्बल्य कण्ठकण्ठता अर्श अतिसार ग्रहणी
गलगण्ड गण्डमाला शीतलादि रोगनाशक रसायन ।

३९. तुम्बुरुसार :- (टिमुर) पर्याउने तीखो रुखो दीपक
पाचक रोचक, वात कफ शूल गुल्म कृमि शोथ फोट गलगण्ड
श्लीषद जहरवात आध्मान सैनखटिरा रुधा खोकी शिरोरोग दन्तरोग
महारोगनाशक ।

४०. तेजपत्रसार :- मधुर केही तीक्ष्ण उष्ण चिल्लो हलुको,
हृदयरोग कफ वात पित्त अर्श अरुचि दन्तरोग पिनासनाशक ।

४१. त्रिकटुसार :- दीपक पाचक रोचक कास श्वास कफ
गलरोग गुल्म प्रमेह स्थूलता श्लीषद पिनासनाशक ।

४२. त्रिविषसार :- यसको सेतो कालो विष शोधेर प्रयोग गर्नुपर्छ; घाउ खटिरा वात दोष विष जीर्ण रोग प्रभृतिमा खाने लाउने ।

४३. दशमूलसार:- त्रिदोषनाशक कास श्वास शिररोग तन्द्रा शोथ जीर्ण ज्वर ज्वर आनाह अलकाङ्ग अरुचि मन्दाग्नि संग्रहणी रक्तातिसार वातविकार मूत्रघात मूत्रकृच्छ्र उदररोग प्रदर प्रमेह दुर्बलतानाशक । रक्तरोधक सूतीका हितकारक ।

४४. दूर्वोसार :- (श्वेत हरित दुव्यो) केही टर्ो मधुर शीतल तृप्तिकारक रसायन रुचिकारक सञ्जीवन रक्तरोधक रक्तशोधक, कफ वात पित्त तृषा अरुचि दाह मूर्छा गुहदोष भूतबाधा श्रम रक्तपित्त अतिसार ज्वर वमन चर्मरोग क्षयरोगनाशक ।

४५. द्रोणपुष्पसार :- तितो रुखो शीतवीर्य ग्रही रक्तमूत्रशोधक त्रिदोषनाशक रोचक पाचक दीपक सर्वविकार कालज्वरादिसर्व ज्वर स्वेदक व्रण शोथ-कृमि कुष्ठ गुल्म फियो प्रभृति नाशक ।

४६. धवसार :- (धार्दो-धयेरो) विशेष - पुष्प प्रयोग, कषाय मधुर शीतल मादक हलुको गर्भस्थापक रक्तप्रवाहिकारोधक, पित्त तृषा व्रण विसर्प अतिसार दन्तरोग रक्त दोष कृमि धातुरोग जठररोगनाशक ।

४७. घत्तूरसार :- पीरो रिंगटा लाग्ने वान्तिकारक उष्ण कान्तिकारक अग्निदीपक तिक्त मधुर गरिष्ठ रक्तशोधक, श्वास कास कफज्वर फोका कृमि विष व्रण वात दाह दाद कण्डू लूता वेदना कुष्ठादि समस्त चर्मरोगनाशक ।

४८. धान्यकसार :- तृष्णा दाह वमन कास श्वास अर्श ज्वर पित्त त्रिदोषनाशक मूत्रशोधक सुगन्ध ।

४९. निर्गुण्डीसार :- रुखो हलुको अग्निदीपक नेत्ररोगनाशक

भक्षणशक्तिदायक मेधाजनक वात सन्धिवात क्षय आउँ जुका घाउ
खटिरा घेटका गोला शूल कण्ठरोग अरुचि ज्वर रुघा श्वास कास
पित्त प्रदर पित्तज्वर प्रभृतिनाशक ।

५०. निर्विषीमार :- (निर्मसी) पिरो शीतल वर्णकारक कफ
वात रक्तशोधक समस्त स्थावर जङ्गम विष नाशक ।

५१. निर्मलीसार :- तितो पिरो लेखन रुचिकर हलुको नेत्रहित
शीतल विशद विकार छेदन मधुर जलप्रसादक, विष तृषा दाह गुल्म
शूल कृमि प्रमेह प्रदरादिरोगनाशक । काँचो फल शीतल नेत्रहित
बानवर्धक, रक्तपित्त विष तृषा मूर्छानाशक । अधिकाँचो फल-दुर्ग
रुचिकर कफ पित्तनाशक । पाकेको फल पित्त वमनकारक, पसिना
झिकने नेत्रहित तितो मधुर गुरु जलप्रसादक पाण्डु शोथ प्रतिश्याम
विष तृषा कामला पत्थरी कफ वात मूत्रकृच्छ्र प्रमेह शिरोरोग नाशक ।
निर्मलीमूल-सर्व कुष्ठरोगनाशक ।

५२. निम्बसार :- (निम) तितो पिरो ग्राही हलुको शीतल
दीपक पाचक रोचक व्रण वर्णशोधक, विष वमन कृमि श्रम प्रदर
प्रमेह हृदयदाह कुष्ठ कण्डू कफ पित्त वात शोथ कास श्वास ज्वर
रक्तविकार अरुचि तृषानाशक । कमला पात वातकारक रक्तपित्त
नेत्ररोग अरुचि कफ कुष्ठनाशक । फूल-पित्त कफ कृमिनाशक ।
पञ्चाङ्ग-सर्धर विकार कण्डू कुष्ठ पित्त व्रण दाहादि नाशक ।

५३. नेत्र बिन्दु :- आँखाको जालो फुलो लाली बादल जलन
तेजोमन्दता घोंचने, धुवाँ लागेको धुलो छारो परेको पाकेको आँसु
बग्ने सुकेको हिउँ लागेको दुख्ने चिलाउने सुनिने प्रभृति समग्रनेत्र
रोगनाशक ।

५४. पद्मसार :- (पैजुँ) पञ्चाङ्ग- टर्से पिरो तिरो शीतल

वादी हलुको गर्भस्थापक रुचिकर, विसर्प दाह विस्फोट कुष्ठ कफ पित्त रक्त पित्त वमन व्रण अतिसार पिपासानाशक ।

५५. पद्मचालनसार :- (पद्मचालन) मधुराम्ल रसायन शीतल घात खटिरा अशक्तता भित्रीघोट कोष्ठरोग विष तृषा वान्ति कास श्वास अरुचि अवष्टम्भ रक्तदोष त्रिदोष नेत्र शिरोमूत्ररोगनाशक ।

५६. पञ्चाङ्गलसार :- मृगन्ध मधुर उष्णवीर्य वीर्यवर्धक हृद्यवृष्य बल्य रसायन चक्षुष्य अक्षय्य जरा व्याधिनाशक गरिष्ठ क्षुधा तृषानाशक व्रणरोषण, सिल्पस खाँटा वात पित्त कफ जीर्णज्वर जीर्णसमस्तरोगनाशक ।

५७. पथ्यासार :- (नृत्यो हर्षो) टर्पो उष्णवीर्य दीपक पाचक मेधाजनक पाक स्वादिष्ट इन्द्रिय हलुको आयुवर्धक बलकारक वायु अनुलोमकारक, अल्काई शून गुल्म प्लीहा प्रमेह प्रदर शोथ कुष्ठ कफ वात पित्त त्रिदोष कास श्वास स्वरभङ्ग ओष्ठ जिह्वा मुख कण्ठ जठर अन्त्र गुद पिटक क्षत ग्रहणी विबन्ध विषम ज्वर विष तृषा वमन आनाह हिकका हृदयरोग कृमि कण्डू पाण्डु गलगण्ड गण्डमाला कामला यकृत आशमरी मूत्रद्वन्द्व मूत्रघातरोगनाशक । भुटेर खाँदा त्रिदोषनाशक । चूर्ण गरी भोजनसित खाँदा बलवृद्धिवर्धक इन्द्रियप्रकाशक कफ पित्त वाननाशक दिशा पिसाव खोल्ल नूनसित खाँदा कफलाई, मिश्रीसित खाँदा पित्तलाई, घिउसित खाँदा वातलाई र शक्करसित खाँदा अरू अनेक रोगलाई शमन गर्छ ।

५८. पलाशसार :- टर्पो उष्ण वीर्यवर्धक दीपक सारक स्निग्ध मलरोधक मस्तिष्कसन्धाता व्रण गुल्म कृमि प्लीहा संग्रहणी अल्काई वात कफ पित्त थोनिरोगनाशक ।

५९. पारिजातसार :- तितो ग्लानिहारक शक्तिकारक कालज्वर विषम ज्वरादि सर्वज्वरनाशक शिरोरोग रुघा खोकी शीत थकाइ पिनासादिनाशक रुचिकारक रक्तशोधक सुगन्ध ।

६०. पाषाणभेदसार :- कषाय मधुराम्ल शीतल वस्तिशोधक भेदक त्रिदोषनाशक, अर्श शूल गुल्म (गानु) प्लीहा आम अतिसार अन्त्रव्रण मूत्रकृच्छ्र पत्थरी हृद्रोग प्रमेह प्रदरादिनाशक सुगन्ध ।

६१. पिप्पलीसार :- पिपला हलुको पिरो दीपक पाचक वीर्यवर्धक स्वादिष्ट रसायन केही उष्ण, आम कफ वात कास श्वास ज्वर कुष्ठ जठररोग प्रदर प्रमेह अल्काई शूल गुल्म प्लीहा क्षयरोगनाशक । शक्करमिश्रित खाँदा जीर्णज्वर हृदयरोग मन्दाग्नि खोकी अजीर्ण अरुचि श्वास पाण्डु कृमिनाशक । शक्कर सुटो मिलाइ खाँदा आउँ शूल शोथ अजीर्णनाशक । निम्ब रस मिलाई नस लिँदा अपस्मारनाशक ।

६२. पिपलमेण्टसार :- रुघा खोकी कफ पित्त दाह वायु शिरःशूल जठरशूल अजीर्ण प्रमेहनाशक ।

६३. पुनर्नवासार :- सेतरे भन्दा रा गे राम्रो, तिक्त मधुर उष्ण दीपन पाचन रोचन लोचनज्योतिर्वर्धन रसायन भेदी रुखो हृदयहितकारक, शोथ वात पित्तकफ कास श्वास घाउ अल्काइ पाण्डु विष शूल जठररोग क्षत रक्तप्रदर प्रभृतिनाशक ।

६४. बलातिबलासार :- दुबै बलु ग्राही हृद्य वल्य वृष्य चक्षुष्य आयुष्य गरिष्ठ क्षुधा वृषानाशक व्रणरोपण रक्तरोधक रक्तशोधक वर्णकारक कायकल्पकारक वयःस्थापक ।

६५. बालबन्धुसार :- घाम अजीर्ण अतिसार प्रभृति समस्त बालरोगनाशक वायुशमनकारी दीपक पाचक रोचक ।

६६. बाक्लाकानेसार :- भृङ्गीमा घाँटी खटिरामा आमाशय-देखि पायुसम्मका स्फोटमा नेत्रशिरोरोगमा हितकारक, रुदिलोतुल्य काम पनि सबै गर्ने ।

६७. ब्राह्मीसार :- ६ प्रकारको ब्राह्मी हलुको शीतल रसायन शोथशोधक मूत्रशोधक वीर्यवर्धक आयुवर्धक बुद्धिवर्धक स्मरण-शक्तिदायक कण्ठशोधक हृदयहितकारक अग्निदीपक रुचिकारक, वातपित्त रक्तपित्त प्रदर प्रमेह ज्वर कास श्वासनाशक।

६८. बिल्वसार :- (बेल) मधुर कषाय पृथ्वी बल्य हृद्य उष्ण दीपक पाचक रोचक ग्राही रूक्ष पित्तकर पिरो गुरु, वातातिसार कफातिसार संग्रहणी शूल प्लीहा ज्वरनाशक । पाकेको फल दाहजनक मधुर विष्टम्भक उष्ण ग्राही दुर्जर त्रिदोषनाशक वातकारक मन्दग्निकारक । जरा-मधुरकषाय त्रिदोष विमर्शक । प्रकुच्छ वायु रूफ पित्तनाशक । पात-ग्राही वात कफ आर्तनाशक रोचक शूलकारक । फूल-अतिसार तृषा वमननाशक । बिजाँको तेल-उष्ण वात पिनासनाशक । काउचो चोपबल्य वृष्य चक्षुष्य ग्राही रसायन ।

६९. बिभीतकसार :- (बर्रो) टर्रो मधुर शीतल हलुको पाकमिष्ट केशवर्धक, वात पित्त कफ कुष्ठ कास श्वास क्षय रक्तदोष नासारोगनाशक । बिजाँ-तृषा वमन वात कफ नेत्र फुलो नाशक ।

७०. भृङ्गराजसार :- तितो उष्ण रसायन मेधाजनक वीर्यवर्धक नेत्रहित केशहिन चर्ममृदुकारक, दन्तरोग शोथ अन्त्र वृद्धि हृदयरोग शिरारोग नेत्ररोग वात कफ कास श्वास मुष्ट कृमि आम पाण्डु कण्डू विष दोषनाशक ।

७१. मयूरशिखासार :- तिक्त लघु शीतल रसायन शीतवीर्य, समस्त धातुरोग सूतिका वातविकृति रक्तविकार प्रदर प्रमेह त्रिदोष बालरोग अन्त्रव्रण नासिका नेत्ररोग सैनखटिरा कफ पित्त अतिसार मूत्रकृच्छादिरोग नाशक ।

७२. भरिचसार :- पिरो तीक्ष्ण रोचक पाचक दीपक उष्ण

शीत वीर्य वातारि पित्तजनक रुखो, कफ कास श्वास शूल गुल्म कृमि अरुचि अजीर्ण रुघानाशक ।

७३. मधुयष्टिसार :- (जेठिमधु) मधुर शीतल बलकारक रसायन वीर्यवर्धक गुरु रुचिकर पृष्टिकर नेत्रकण्ठहित व्रणमूत्रशोधक, वातरक्त रक्तपित्त रक्तविकार कुष्ठ शोथ तथा विष समान मलानि क्षयनाशक ।

७४. महाबलासार :- मधुर धातुवर्धक बलकारक, दाह हृदयरोग ज्वर अर्श शोथ विषमज्वर सर्वप्रदर प्रमेह मूत्रातिसारप्रभृति नाशक ।

७५. मूषाकर्णिसार :- पिरो उष्ण शीतवीर्य रसायन सारक हलुको, कफ पेटरोग पाण्डु भगन्दर विष पिनास चर्मरोग सर्वविध कुष्ठनाशक ।

७६. यवाङ्कुरसार :- (जमरा) सारक दीपक लघु सूक्ष्म कफ वात कुष्ठ अश्मरी गुल्म शूल आमशूल यकृत प्लीहा मूत्रकृच्छ्र श्वास अर्श आर्त आनाह हृदयरोग पाण्डु ग्रहणी हैजानाशक ।

७७. यवानीसार :- (ज्वानु) सुगन्ध पिरो दीपक पाचक रोचक तीक्ष्ण उष्ण हलुको वीर्यवर्धक पित्तकारक कफ वात शूल गुल्म वाङ्मुक्ती प्लीहा नेत्र उदररोग कृमि अजीर्ण रुघा खोकीनाशक ।

७८. लवङ्गसार :- सुगन्ध शीतल मङ्गलदायक शीतवीर्य हृद्य नेत्ररोग विष पित्त कफ वात कास श्वास वान्ति शूल गुल्म हैजानाशक रक्तशोधक रुचिकर पाचक ।

७९. वचासार :- बोझो उग्रगन्ध पिरो गह्वीं अग्निवर्धक वीर्यजनक स्मरणशक्तिदायक जिह्वाकण्ठशोधक मलमूत्रशोधक विबन्ध उत्तेजक शूल गुल्म वातज्वर अपस्मार उन्माद कफ कृमिनाशक ।

८०. वनमूलसार :- (वनमूले) घाम पित्त सबै वात सङ्गन खटिरादि नाशक, पाँचौलेसित मिलाएमा द्विगुण लाभकारी, आँकका दुधमा मिसायेमा त्रिगुणलाभकारक ।

८१. वन लशुनसार :- कृमि काम श्वास वात पित्त कफ विषटोषनाशक, सुखप्रसूति साल झार्ने कोष्ठश् धक केहीमादक विशद हृद्य बल्य ।

८२. वनसरलसार :- (वनसल्ला) बालरोग घाम घाउ खटिरा भित्री चोट लूतो दाद पीडा कण्ठरोग आमाशयरोग प्रदर प्रमेहादि घ्रातुरोग हैजानाशक ।

८३. वाससार :- (वासक अर्थात् असुरो) आँखो प्रमुख निखिल ज्वरनाशक केही तित्तो हृदयहितकारी हलुको शीतल, कफ पित्त वात रक्तपित्त रक्तविकार कफपित्त कुष्ठ पीडा तृपा कास श्वास गुल्म प्लीहा प्रमेह प्रदर वमन कृमि क्षयरोग नाशक ।

८४. वायुशमनसार :- समस्त वातरोग शमनकारी रुचिकर दीपक पाचक ।

८५. विसूचिका हरसार :- प्रत्येक प्रकारको हैजा ग्रहणी मन्दाग्नि आम शोथ वमन वायुविकार कृमि दोषनाशक ।

८६. विडङ्गसार :- वायुविडङ्ग कृमि कुक्षि शिरउदरशूल गुल्म प्लीहादि नाना वातादि रोगनाशक ।

८७. विजयासार : (भाङ्ग) सुगन्ध तित्त रुचिकर पाचक दीपक मादक व्रणरोपण वर्णकारक निद्राजनक रक्तशोधक मूत्रशोधक मलरोधक विसूचिकानाशक कायकल्पकारक कृमि कफ पित्त वात शूल गुल्म प्लीहानाशक चक्षुष्य रसायन ।

८८. वृन्दासार :- सुगन्ध पिरो केही उष्ण तेजिलो हृदयहितकारी

अग्निदीपक हलुको कास श्वास कफ कृमि वात वमन दुर्गन्ध कुष्ठ पाश्वंशूल गुल्म प्लीहा यकृत् रक्तदोष विंष मूत्रकण्डू कालज्वरा-दिनाशक ।

८९. शतमूलसार :- (सहस्रबुटी) सुगन्ध शीतल सस्त्र रसायन सत्त्वकर्ष सन्धान सर्वरोगोपयोगी, मुख कण्ठ कोष्ठ अन्त्र पायूपस्थ रक्त मूत्र शुक्र रजोगतरोगनाशक सर्वाधिधयोग ।

९०. शतपुष्पसार :- (सुप) तितो पित्तो मधुर सुगन्ध शीतल सारक रुचिकारक वीर्यवर्धक गर्भदायक दीपक पाचक ज्वर शूल दाह नेत्ररोग पिपासा घाउ खटिरा आउँ अतिसार वमन वात पित्त कफ दुर्गन्ध मूत्ररोगनाशक ।

९१. शूरणसार :- टर्गे पित्तो कोक्याउने विष्टम्भक मुख कण्ठ-शोधक रुचिकर विशद हलुको कफ अलकाइ फियो गुल्म जठर व्रण दाह रक्तदोष रक्तपित्त कुष्ठ मूत्रदोष आमाशयदोषनाशक ।

९२. सज्जीवनीसार :- सुगन्ध शीतलरुचिकर हृदयहितकारक बलवर्धक अस्थिसन्धान भित्रिचोट मेटने क्षयरोग (टि.वि.) नाशक रक्तशोधक वर्णशोधक शूलनाशक आयुवर्धक कोष्ठबन्धक त्रिदोषनाशक रसायन शक्ति स्फूर्ति दायक ।

९३. सुदर्शनसार : अष्टाविधिज्वरादिनाशक ।

९४. सुगन्धबालासार :- शीतल कटु केशहित पाचक दीपक मधुर रुखो हलुको, वात पित्त कफ कुष्ठ तृषा श्वास कास ज्वर अतिसार अरुचि व्रण विष विसर्प हृदयरोग लालास्राव रक्तपित्तविकार खर्जूरदाहनाशक ।

९५. सेर्मागुरुसार :- क्षय (टि.वि. कालो टि.वि.) मस्तिष्करोग अपस्मार बौलाहापन विष दोषलाग भागनाशक, रक्त्रोधक वीर्यवर्धक आयुवर्धक ।

९६. हरितकिसार :- (जङ्गी हरी) टर्रो मधुर त्रिदोषनाशक दुग्धवर्धक रक्तरोधक रक्तशोधक क्रोष्टशोधक मग्निष्क हित कुष्ठ-नाशक वातशूलनाशक, यकृत प्लीहा अलकाइ नेत्ररोग शिरोरोग व्रण पित्तक आम गर्भशोथ प्रभृतिनाशक ।

९७. हरिद्रासार :- तितो पीरो तीक्ष्ण वर्णकारक व्रणरोपण उष्ण रुखो रक्तशोधक सूतिकाहितकारक वात पित्त कफ कृमि कुष्ठ कण्डू लूतो प्रदर प्रमेह चर्मदोष क्षत शोथ विष पिनास अमचि अपच प्रभृतिरोगनाशक ।

९८. हसराजसार :- शीतल बलदायक रसायन रक्तशोधक व्रणरोपण बालरोगनाशक हृदयहितकारक, कास श्वास मूत्रघात हैजा दाह प्रभृतिनाशक ।

९९. हुण्टिदधाड़फुल :- दूधो तुलसीपत्र गेरु बयर समभाग भूर्ण खाने र नाभिमा लेप गर्नाले सर्वदोषहर पुंस्त्वकर धातुरोग जीर्णरोग-नाशक ।

१००. सत्तुकसार :- सनुवा कपाय मधुर रुखो क्षतपूर सर्वस्थावर महगम विषनाशक मूत्रशोधक मूत्रगेधक ग्रहणी अतिसार अशनाशक ।

१०१. समुद्रफल :- आँखाका सबै रोग अग्निदाह घाउ खटिरा विस्फोटादिनाशक ।

१०२. सहदेवा-सहदेवी :- सबै नेत्ररोगमा र विविध (अरु) रोगमा प्रसिद्ध प्रयोग ।

१०३. रक्तिकासार :- (रातिगेडी) पञ्चाङ्ग मधुर शीतल लघु हृद्य वक्षुष्य आयुष्य वृध्य शीतवीर्यवर्धक त्रिदोषनाशक रक्तशोधक नेत्रज्योतिवर्धक बुद्धिवर्धक, क्षय कुष्ठ कफ पित्त वात

विकार टाह पिपासा शोथ गुल्म शूल प्लीहा कामलादि नाशक ।

मात्राविचार प्रयोगविधि

अर्क प्रधान औषधी प्रयोग गर्दा गेगीको आयु र बलाबल हेरी, औषधी पनि नजाँ पुगनु तेज मन्द हेरी, शिक्षक निर्देशकहस्तले सिकाये निर्देशन दिये अनुसार समुचित मात्रा बनाई प्रयोग गर्नु वाञ्छनीय छ ।

औषधी तौल - परिमाण

१ रति = १ लाल अथवा ०.१ ग्राम ।

१ आना = $६\frac{१}{४}$ लाल अथवा ०.८ ग्राम ।

१ ताला - एक भामाको दशौं भाग ।

१ तोला = १०० लालको परिणाम या ११.६६ ग्राम ।

१ मासा = दश रतिको तौल । अथवा १.२ ग्राम ।

१ सेर = मनको चालिसौं भाग, अथवा = ०.९३ किलोग्राम ।



कान दुखेमा

सर्दीले कि त गर्मिले सुजन हो कान् दुख्छ साह्रै गरी
भाइको पात् टिपि ल्याउँनु र हरियो रस् झिकनु माँडी वरी ।
मन् तातो गरि रस् चुहाउँनु दुई थोपा दुख्या कान्महाँ
नीको हुन्छ दुख्छैन कान् सब जना जानुन् खुशी भै यहाँ ॥

काने गुजी जमेमा

काने गुजि झिकेन व्यैगरि भने पाँचेक वर्षे ठरी
दुझा झै हुन जान्छ दुख्छ अती पानी परेका घरी ।
अंग्रेजी छ दवाइ नाम उसको भन्छन् गितिसिन् पनी
सो हाल्नु र नरम् हुन्या छ झिकनु साँचो बतायो भनी ॥

नेत्र रोगमा परहेज र औषधी

आँखा दुख्छ भने भुलेर कहिल्यै मासू न खाई लिनु
प्यारी साथमहाँ छ यो पनि भने त्यस्मा न इच्छा दिनु ।
घाम्मा आँधि चले महाँ सडकमा हुँदैन है निस्कन
हेर्नु अक्षर लेख्नु पत्रहरु यो काम् छाड्नु सज्जन ॥
आँखा पोल्छ भने तुरुन्त महमा केशर् मिलाई लिनु
घोटी त्यस्कन गाजलै सरि गरी चाँडै न लाई दिनु ।
कूटी प्याज झिकेर पानि उसको लाई दिनु नेत्रमा
नीको हुन्छ रतीँधि यो छ बुझ्नु वैदाङ्गका पत्रमा ॥

आँखा धुने उपाय

चनाको गेडा जति अफीम, ४ दाना मरीच, मासुको गेडा जति
तुतिथा, २ पैसाको कपूर त्रिफला, हलेदो इ सबै वस्तु ल्याउनु । सेरभर

जति ठंडा छानेको पानीमा त्रिफला फोरी भिजाई दिनु । यो भिजाउनलाई माँटाको नआँ हाँडी चाहिन्छ । अरु पनि सबै थोक त्यै हाँडीमा हाली दिनु । हलेदी चाँही कूटेर हालनु । घन्टाभरसम्म भिज्नु दिनु, अनि पछि सेतो कपडा लिई सोही जलमा चोब्डै आँखा धुँदै गर्नु । यो बडो उपयोगी दवाई हो । आँखा दुख्ने, चस्चसी घाँची बिझाउने, घाममा हेर्न नहुने, हावा लाग्दा सियो घाँचे झैँ हुने आदि नेत्रका सबै व्यथामा तुरुन्त यस्तो फायदा गर्छ । आँखा दुखी रूँदै बसेको मानिस यो हकीमी दवाईले धोओस् ता पन्द्रह मिनिट्मा दुखेको नीको भई हाँस लाग्छ ।

फूलोको औषधी

आँखाका बिचमा फूलो परिगया साह्रै न राम्रो हुँन्या तस्मात् औषधि गर्नु पर्छ जनले काम् छैन शोकले रुन्या । सोनामाखि किनेर ल्याउनु अनी हाल्नु मधू त्यस्महाँ फेटी गाजल लाउनु नयनमा फूलो रहन्थ्यो कहाँ ॥

मोतियाविन्दको औषधी

असली भीमसेनी कपूरमा आइमाइका दूध हाली आफू उत्तानू परी सुतेर सो आँखामा हालनु । यस्को अलिक दिन अभ्यास गरे केही दिनमा मोतियाविन्द छुट्छ ।

हिक्का रोगको औषधी

मुजूरको प्याँख पोली तेस्को खरानी २ माशा जती लियेर उत्ती नै महमा मिसाई खानाले कस्तै हिक्का पनि थामिन्छ ।

अथवा- बाख्रीको दूधमा सुठो हाली पकाइकन त्यो दूध खायेदेखि हिक्का बन्द हुन्छ ।

अथवा आँपको पात चिलिममा भरी तमाखू खाये झैं गरी खानाले कस्तै डरलाग्दो हिक्का पनि रोकिन्छ ।

दाँतको औषधी

अथवा सर्दाले दाँत दुखेको भये सुठो पोली दुखेको दाँतले त्यो तानो सुठो च्यापनु, तुरुन्तै दर्द कम हुन्छ ।

अथवा— दाँतमा कीरा लागेको छ भने कपूर पिँधी किरा लागेका ठाउँमा राखीदिनु कीरा मर्छन्, दर्द पनि आराम हुन्छ ।

अथवा माजूमफल र वज्रदन्ती पिँधी सिधेनुन् हाली मंजन गर्नाले दाँत बहुत बलिया हुन्छन् हल्लदैनन् ।

अथवा— दाँतमा कीरा लागेको भये भट्कटैयाको फल ल्याउनु र त्यस्लाई चिलिममा भरी तमाखू खायेझैं गर्नु, भयेका जती कीरा झर्छन् ।

अजीर्णको औषधी

सूठो, पिपला, सिधेनुन, गरी सेतो र कालो जीरा बराबर भाग लिई पिँधनु, त्यस्मा आठ भागको एक भाग हिङ घ्यूमा भुटेर हाल्नु, त्यो भातसित घ्यू हाली पैल्हे खाने गर्नु ३/४ दिन खानाले रुचि बढ्छ । पाचन हुन्छ, अजीर्णको डर रहँदैन, यो हिंसाष्टक चूर्ण हो ।

हैजाको दवाई

प्याज कुटेर रस झिक्नु । त्यो रस २०/२० थोपा घन्टै पिछे खानु हैजा नीको हुन्छ । तर हैजा लागेमा रोगीलाई क्यै गरेर पनि खान न दिनु ।

अथवा—कपूर, अफीम, माजुफल, काश्मीरी केशर इ वस्तु ५/

५ माशा जति सबै थोक लियेर खूब घोटनुर रति भरका गोली बनाउनु ।
घन्टै पिछे १ गोली तातो पानीसित खान दिनु, हैजा निको हुन्छ । यो
फकीरी दवाइ हो ।

अथवा—यो रोगमा अर्क कपूर भन्ने आयुर्वेदिक दवाइ पनि काम
लाग्छ । सानु टुको मिस्त्री कि भने बतासा, चीनी जे पाइन्छ; त्यस्मा
२/२ थोपा हाली घन्टा घन्टामा ख्वाई दिये झाडा-बान्ता थामिन्छ,
रोगीलाई पानीको अति पियास लाग्छ, पानी खान न दिनु ।

तृषाले बहुत जोर गच्यो भने सौंफको अर्क अलिअलि खान दिनु ।

कपाल दुखेको निको हुने उपाय

दालचिनीकां तेल कञ्चटमा र शिरमा घसे निको हुन्छ ।

अथवा गर्मीले कपाल दुखेको भये कपालमा नौनी राख्नु ।

अथवा—ल्वाइ ३ फूल र मटर जति अफिम पानीमा रगेडी कञ्चटमा
लगाइदिये रुघाले कपाल दुखेको निको हुन्छ ।

अथवा—प्याज कूटेर त्यस्को रस कंछटमा घसे गर्मीले दुखेको
कपाल निको हुन्छ

रतिशक्ति बढाउने लड्डु

भाडको पात बीज समेत लियी घ्यूमा भुटनु, अनि त्यस्लाई मसिनु
गरी पिंघनुषश्चात् सूठो, भरीच, हरो, पिपला, अमला, बरो, काँकडाशिङ्गी,
घनिजा, कूट, सैंधव, कपूरकचरी, काफल, तालौश-पत्र, नागकेशर,
अजमोद, ज्वानो, महुरेठा, मेथी, कालो जीरा, सेतो जीरा इ २० थोक
बेग्ला-बेग्लै मसिनु गरी पिंघनु । अनि छानी एकत्र गर्नु । इ सबैको
जम्मा जती वजन हुन्छ त्यो जती सूठो र सूठोको आधा भाग जति
असल मिश्री हाल्नु । अलिकती असल गाईको घ्यू र अलिकति चोखो

मह हातमा घसी त्यस्ताई मुछी लड्डू बटार्नु । सुवासका वास्ते सुकुमेल
७ कस्तुरी र कपूरको धूलो अलिकती छरी दिनु । लड्डू बटारी घ्यू राख्ने
भाँडामा राख्नु । रोजको १ गोली लड्डू सँधै बिहान बिहान खाने गर्नु,
यस्ले कफ वातका रोग, शूल रोग र संग्रहणी पनि आराम गर्छ । जुबो
मानिसले २० दिन सेवन गर्‍यो भने जवान हुन्छ । जवानले १० दिन
यो लड्डू सँधै खाये रतिमा अत्यन्त सामर्थी हुन्छ । जस्का घरमा २/
४ स्वास्थ्यी छन् उनीहरूले ता अवश्य खानुपर्छ ।

मेथीको विचित्र लड्डू

सूठो, मरीच, पिपला, हर्षे, बर्रो, अमला, नागरमोथा, कालो जीरा,
सेतो जीरा, धनिजा, काफल, पुष्करमूल, काँकडासिंगी, ज्वानो,
सैंधव, तालीसपत्र, नागकेशर, तज, मुकुमेलको बीजा, जाइफल,
जाइपत्री, ल्वाङ, कपूर, सेतो चंदन इ सबै शोक भिन्नाभिन्नै पिन्धी मसीनु
गरी यौटैमा मिलाउनु, वजन जति हुन्छ तेतीनै मेथीको धुलो हालनु,
अनि पुरानू गुडको चास्नी बनाई लड्डू बटार्नु । लड्डू तैयार हुन्छ यस्ते
पाचन शक्ति बढाउँछ, आउँका लागि अत्यन्त लाभदायी छ । यो लड्डू
बल ब्रीर्य बढाउनमा पहिला नम्बरको छ । २० प्रकारका प्रमेह र
संग्रहणी, मूत्राघात, पाण्डुरोग, कास क्षय समेत निको पाछै । आँखामा
तेज बढाइ दिन्छ । ढल्केका स्तनकी नारीले यस्को सेवन गरे देखि
फेरि ज्यामिर जत्रा हुन्छन् । धेरै के भनू यस्को महिमा अपार छ । बन्ध्या
स्त्रीले पनि यसैको सेवन अटूट ३ महिनासम्म गरी पश्चात् पुरुषगामिनी
भये पुत्र अवश्य पाउँछे ।

जरो निको पार्ने निम्बादि चूर्ण

नीमको पात दशभाग, त्रिफला तीनभाग, त्रिकटु तीनभाग, ज्वानो
पाँच भाग, तीन प्रकारका नुन तीन भाग, जवाखार (अर्थात् जौ को

नुन) दुईभाग इ सबै थोकको चूर्ण गरी प्रातःकालमा खाने गरे- देखि एकुन्द्रो जरो, २ दिन बिराइ आउँने जरो, हाड्मा घुसेको ज्वर त्रिदोष समेत आराम हुन्छ ।

जरोको रामबाण

कृष्णागुरु, हलेदो, देवदौरू, बच, नागरमोथे, हर्रो, धमासा, काकडासिंगी, भटकटैया, सृठो, त्रायमान, पित्तपाषडा, नीमको बोक्रो, पिपलामूल, सुगन्धवाला, कपूरकचरी, पटोल, पिपली, मुरहरा, कुडाछाली, मुहरेठी, सहिजनाको बीज, इन्द्रजौ, शतावरी, दारूहर्दी, रक्तचन्दन, पदमकाठा, चारको लकडी, खस, तज, गोपीचन्दन, शालवन, ज्वानो, अतिविष, बेलको फूल, कालामरीच, तमालपत्र, अमला, गुरूच, कुटकी, चित्रक, पीठवन जम्मा ई सबै ४२ थोक बूटिहरू समानभाग गरी खरीद गर्नु, अनि यस्को आधाभाग किराता लिई सबैलाई कुटनू छानू र चूर्ण गराउँनु । यस चूर्णले बात, पित्त, कफ बाट उत्पन्न भयेका अनेक प्रकारका ज्वर, विषम ज्वर, असाध्य ज्वर पनि आराम हुन्छ । फीयो, यकृत् येसले चाँडै निको पाछ ।

क्षयरोग

मनुष्य ले लाजले होस् वा डरले होस् वा कुनै चित्त लागेको काममा एक चित्त गरी दिसा-पिशाब र अधोवायु रोकी रह्यो भने क्षय रोगको जन्म हुने सम्भावना हुन्छ । ज्यादा स्त्री प्रसंगद्वारा धातु नाश भयेको छ भने क्षयरोगको सम्भव हुन्छ । आफूबाट हुन न सक्ने कामलाई बडो साहसले गरेमा क्षयरोग लाग्न सक्तछ । कैल्हे सारै सबैरै कैल्हे बडो अबेर खानाले यस्को डर रहन्छ । संस्कृत ग्रन्थमा यस्को नाम राजयक्ष्म, क्षयरोग, शोष, रोगराट् इ ४ नाम छन् । जुन मानिसलाई क्षयरोग लाग्ने हुन्छ तेस्लाई अधिक दिन अधि नै सास फेर्दा र सास

लिँदा कष्ट मालूम हुन्छ, अंग कमजोर हुन्छ, छातीमा दर्द मालूम हुन्छ । बराबर कफ निस्कन थाल्छ, खोकी लाग्छ, तालु सुक्छ, खुब निद्रा पर्छ, आँखा सेता होलान्, त्यस मनुष्यलाई मासु खानाको बडो तृष्णा लाग्ला । स्त्री-संगमको अति इच्छा लाग्ला, सुतदा काग, दुम्सी, नीलकण्ठ, गिद्ध, बानर, मौसुली मात्र देख्ला । पानी न भयेको नदी खोला र सुकेका रुख आदि स्वप्नमा देख्ला । काँधमा, कारखी भनी, हात पाउमा दाह होला, शरीर तातो रहला, थुकदा रक्त आउला, बोली बदलिएला, भोजनमा अरुचि होला, मासु सकिएर दुब्लाउँदै जाला । गालामा, घाँटीको, काँधको, छातीको मासु सुक्ला । पेट, संधि, लिंग, योनी र पिडौला सुक्लान्, मुख निस्तेज मलीन होला । अण्डकोश पनि सुनिएला ।

राजयक्ष्मको औषधी

भसीनु पुरानु चामलको माड न झिकेको भात, गहुँ, मूँगको दाल, असल असल बाइन् (रक्सी), मृगको मासु, चरा चुरुडीका मासु लाभदायी छ । मांस क्षय भयेमा अर्थात् शरीरमा मासु सुखी दुब्लाउँदै गएका मनुष्यलाई मासु बढाउनका लागि खसीको, चराचुरुङ्गीको मासु खान दिनु हितकर हुन्छ ।

परेवा को मासुको चूर्णमा बाख्रीको दूध हाली खाये क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा— काकजङ्घको जरो दूधको अनुपान गरी खाँदै गरेदेखि क्षयरोग निको हुन्छ । चीनी, मह, गाईको नौनी खानू । मह र घ्यू बराबर न लिनु, एक थोक कमती र एक थोक बेसी गर्नु । कफ धेरै भए मह धेरै लिनु, बात अथवा पित्त अधिक भये घीउ ज्यादा लिनु र खानु, अनि पछि दूध पिउँनु । क्षयरोगले दुब्लाउँदै जान लागेको मानिस हृष्ट-पुष्ट हुँदै जानेछ ।

अथवा जाइफल, वायुविडङ्ग, चित्रक, तगर, तिल, तालीशपत्र, चन्दन, ल्वाइ, सूठो, करौंजी, शोधेको कपूर, अमला, हरी, मरीच, पिपला, दालचिनी, बंशलोचन, तमालपत्र, नागकेशर, सुकमेल इ जम्मा २० थोक औषधी बराबर १/१ तोला ल्याई राखनु । २८ तोला भाँड ल्याउँनु र इ सबै वस्तुको तौलकोबराबर मिश्री हाली चूर्ण गर्नु, यो चूर्ण बिहान बेलुका सेवन गर्दै रहे क्षय, कास श्वास, संग्रहणी अवश्य निको हुन्छ ।

अथवा – अदुवा ६४ तोला, चीनी ११२ तोला, पिपला ४ तोला, पिपलामूल ४ तोला, मरीच ४ तोला, सूठो ४ तोला, चित्रक ४ तोला, वायुविडङ्ग ४ तोला, नागकेशर ४ तोला, नागरमोथे ४ तोला, दालचीनी ४ तोला, सुकमेल ४ तोला, तमालपत्र ४ तोला, कपूर ४ तोला इ सबैलाई मिलाई खूब पकाउनु । यस्का ४ तोलाका दरले प्रतिदिन सेवन गरे राजयक्ष्म, रक्तपित्त, कास, श्वास, अरूचि, मन्दाग्निमा बिजुली झैं अमर देखिन्छ, अवश्य सेवन गर्नु ।

अम्लपित्तको औषधी

जी, पिपला, पटोल इ तीन थोकको काढा पकाइ महसित खानाले अम्लपित्त, अरूचि, वमन निको हुन्छ ।

अथवा गुर्जो, खयेर, महुरेठी, दारूहल्दी इ ४ थोक ल्याई पानी हाली काढा पकाउँनु र महसित खानु अम्लपित्त निको हुन्छ ।

अथवा – गुर्च, नीम, परवरको पात, त्रिफला इ सबैको काढा पकाई सेलायेपछि अलिकति मह हाली खाए अनेक प्रकारको अम्लपित्त आराम हुन्छ ।

अथवा सूठो, मरीच, पिपला, हरी, बरी, अमला, दालचिनी, जीरा, सेतो, जीरा, धनियाँ, कूट अजमोद, असली लोहभस्म, असल

अश्रकभस्म, काँकडासिंगी, काफल, नागरमोथे, जाईफल, सुकमेल, जटामसी, तमालपत्र, तालीशपत्र, नागकेशर, ज्वानो, कपूरकचरी, महुरेठी, त्वाङ्ग, रक्तचन्दन ई सबै बूटीहरू बराबर भाग ल्याई जम्मा गर्नु । यही बराबर सुठोको धूलो जम्मा गर्नु, दुगुना मिश्री, चौगुना गाईको दूध हालेर सबै औषधी मिलाई पकाउनु, यो पाक प्रतिदिन १ तोला बेहान बेलुका दूधको अनुपान गर। खानु ता कस्तै कस्तै अम्लपित्त, अरूचिशूल, मुटु दुख्नु, बान्ता हुनु, घाँटी पोलनु, सर्वाङ्गको दर्द निको भया शरीरमा बल लाग्छ । मूत्रकृच्छ्र रोग पनि यस्तै नाश गर्छ, तर कमसेकम यो दवाई १५ दिन जति खानुपर्दछ ।

गंडमालाको उपाय

सस्यू, सहिजनको बीज, सन्को बीज, आलस, जौ, मूलाकोबीजा इ सबै वस्तु अमिलो मोहिमा पिन्धी गंडमालामा लेप गर्नु, चाँडै आराम हुन्छ ।

अथवा— इन्द्रायणको जरो वा विष्णुकान्ताको जरो, गहुँतको अनुपानले पिये कस्तै पुरानू गंडमाला पनि नष्ट हुन्छ ।

भस्मकरोग र औषधी

जब मनुष्यको कफ सकिन्छ, तब बायुसित मिलेको पित्त कुपित भयेर शरीरको गर्मीले जठराग्निमा बल पुर्‍याउँछ । तसर्थ जठराग्नि प्रबल भयेर जे खायो सो तुरुन्त हजम हुन्छ । क्रमशः यस्तै रक्त, धातु, मासुलाई पनि पचाउँन थाल्छ, जसकारण मनुष्य चाँडै नै मृत्युका मुखमा पर्न जान्छन् । यो रोग लाग्ने मानिस खान पायो भने केही कालका लागि शान्त हुन्छ, फेरी भोजन न गरी हुँदैन । यो रोग लागेमा खायेको वस्तु अति चाँडो पची फेरी भोक लाग्दछ । यसैबाट अरू रोग जस्तै

मूर्छा रोग, दाहरोग, तृषारोगले पनि जन्म लिन्छन् । यस रोगमा अजीर्ण होला भन्ने फिक्री न मानी बराबर खान दिनुपर्छ, खान न दिनाले अझ उल्टो रोगीको ज्यान जाने सम्भव रहन्छ । यस्ता रोगीलाई खान दिँदा बरू मासको दाल, मासका बारा र मासुका परिकारहरू भन्ने खूब ध्यू तेल परेका पकवान वा गुरू वस्तु अर्थात् धेरै बेरमा पचन सक्ने वस्तुहरू दिनु उचित छ । रोगीले दिउँसो पेटभरी खाई सुत्नु असलु छ ।

औषधीमा हर्षो, अमला, बर्षो, नागरमोथे, वायुविडङ्ग, पिपला, मिश्री, अपामार्गको डाँठ पात चीज सबै थोक मिलाई कृटी चाटने गरे भस्मक रोग निको हुन्छ ।

अथवा – अपामार्गको बीजा दूधमा पिँधी खीर पकाई भोजन गरे कस्तै घोर भस्मक रोग पनि निर्मूल हुन्छ ।

उदावर्त रोग

१. अधोवायु रोकनाले पेट फुल्छ, पेटमा दर्द हुन्छ, दिसा साफ हुँदैन, पिशाब पनि रोकिन्छ, तसर्थ अधोवायु न रोक्नु ।

२. दिसा रोकनाले पेटमा गडबडि, शूलको दर्द, उर्द्धवात हुन्छ । मुखबाट मल निस्कने सम्भव रहन्छ, तसर्थ मनुष्यले दिसा जान मन लागेमा हजार काम छोडेर पनि पैल्हे दिसा फिरी अनि अरू कार्यमा चित्त लाउँनु उचित छ, दिसा न रोक्नु ।

३. पिशाब रोकनाले पेटमा र पुरुष चिन्हमा शूलको जस्तो दर्द उठ्छ, मूत्रकृच्छ्र रोग लाग्छ, कपाल साह्रै गरी दुख्छ । तिघाका जोर्नीमा कटकटी खान्छ, तसर्थ पिशाब कहिल्यै न थाम्नु ।

४. हाई आयेको रोक्नु छैन । यो रोकनाले घाँटी अकडिएला, शिरमा दर्द होला, अनेक प्रकारका वातरोग र मुखरोग, नाकका

रोगहरू सबैले कष्ट देलान्, कान पनि खूबै चर्की दुख्छन् । तसर्थ जुम्मा [हाई] लाई कसैगरी न रोकनु उचित छ ।

५. चोटलाग्दा आएको आँशु, दुःख शोकले आएको आँशु, आनन्दले निस्केको हर्षाश्रु यिनलाई न रोकनु, रोकनाले कपाल भारी हुन्छ, नेत्ररोगहरू पैदा हुन्छन् । पिनास पनि हुन्छ ।

६. छिक्का रोकनाले गर्दन, घाँटी, गल्लो जकाँडन्छ । मस्तक, शूल, मुख टेढो हुने रोग, शिरको दर्द, मुख टेढो हुने रोग, शिरको दर्द इत्यादि रोग लाग्छन् । शरीरका इन्द्रियहरू बेकामका हुन्छन् । इन्द्रियहरूमा शक्ति न रहे फेरि दुनियाँको काम कसरी चल्छ? तसर्थ आएको छीँक [छिक्का] कसै न रोकनु ।

७. डकार पनि रोकनु छैन । यो रोकनाले कण्ठ, मुख भारी रहन्छ । जे खाएको छ सो घाँटिमाँ रहे जस्तो हुन्छ हृदय [मट्टु] मा सियोले घोचे झैँ पीडा उत्पन्न हुन्छ, वायुसम्बन्धी अरू अरू अनेक रोग पैदा हुन्छन् ।

८. वीर्य रोकनाले पेटमा, पुरुष चिन्हमा र अण्डकोषमा पीडा भै सुनिएला । पिशाव रोकिएला तथा वीर्य बहने प्रमेहहरू पैदा होलान् ।

९. पानीको प्यास रोकनु अर्थात् पानी खान मन लागेका बेलामा पानी न खानाले अरुचि हुन्छ, केही काम न गरे पनि उसै जाँगर मरी आउँछ, ज्यू बेसरी गल्छ, कण्ठ र मुख सदा सकि रहन्छ कान उस्तो सुनिँदैन, मुटु दुख्छ ।

१०. निद्रा पनि मारनु छैन । राती न सुती निद्रा मारनाले आइ दुख्छ, ज्यादा हाई आउँछ, आँखा कमजोर हुन्छन्, मस्तक बडो भारी रहन्छ, तन्द्रा लाग्छ, तसर्थ नींद खेर न हालनु ।

उपदंश रोग

प्रिय पाठक! यस्ताई हिन्दी भाषामा गरमी र अर्जुमा आतशक की

बिमारी भन्दछन् । यसले बडो दुःख दिन्छ । यो रोग सानु हैन जस्तोई भोगनु परेको छ उहि जान्ना । हस्तक्रिया गरी वीर्य फाली दिनाले, कन्याउँदा खेरी नड्ने साह्रै खत लागनाले, राम्ररी साफ गरी न धुनाले, ज्यादा स्त्री संगममा लागी रहनाले, आफूभन्दा साह्रै ठुला स्त्री-सित सहवास गर्नाले, बाह्र वर्षदेखि कम उमेरकी केटीसित स्त्री पुरुषको व्यवहार गर्नाले उपदंश रोग पैदा हुन्छ । गरमीको रोग भयेकी स्त्रीको संग-साथले, प्रदर रोग हुने कामिनीसित दोस्ती गर्नाले, न छुने भएकि [परसरेकी] स्त्रीसित बस-उठ गर्नाले पनि उपदंश रोग लाग्छ ।

धेरै कालसम्म विवाह न भई रहेकी वा ब्रह्मचारिणी सित रसवश गर्नाले, अकामवती अर्थात् मन न भएकी भाभिनीसित संसर्ग गर्नाले उपदंश रोगको जन्म हुन्छ । यो उपदंश रोग पाँच प्रकारको हुन्छ भनी वैद्य शास्त्रमा लेखिएको छ । उत्तम औषधी लेख्दछु

हरौं बरौं अमलाको काढा पकाई घाउ धुँदै गरे, केही कालमा उपदंश आराम हुन्छ ।

अथवा- नीमको अन्तर छालो, चिरायतो, हरौं, बरौं, अमला, परवर, करंज छाल, जाईको पात, खयेर, चित्रक यिनीहरूलाई कल्क बनाई काढामा सिद्ध गरेको घिउ सब तरहको उपदंशलाई लगाउँदै गर्नाले पक्का आराम हुन्छ ।

अथवा- जंगौ हरौं अर्थात् सानू हरौं ४ तोला, नीलो तुथो तोला ३ ल्याई दुवै चीजलाई निम्बूका रसमा सात दिनसम्म खल गर्नु र चना जत्रा गोली पार्नु । यी गोलीमध्येसँधै १ गोली चीसो पानीसित खानु । आहार फगत भात मूँगको दाल गाइको ध्यू रहनु पर्छ । यो औषधी गर्नाले मैन्हा दिनभित्रमा आराम हुनेछ ।

प्रमेह रोग

बिना काम घरमै बसी रहनाले, कुम्भकर्ण सुते झैं ज्यादा गरी

सुती रहनाले, कैले गाईको कैले भैंसीको दुधको दही, कैले बाख्रो वा डैटिनीको दही खानाले भेडा कि बोकेको मासु अटूट गरी खानाले भाछा ज्यादा खानाले, हाँसको मासु सँधै खानाले, गुलियो मिठाईहरू मात्र खानाले, कफ गराउँने पदार्थ भोजन गर्नाले यो रोग पैदा हुन्छ ।

दारूहल्ली, त्रिफला देवदारू र नागरमोथे इ ४ थोकको काढा खुवाउँनु, प्रमेह निको हुन्छ ।

अथवा— चन्द्र रहित अभ्रक भस्म, त्रिफला, वेसार ली महले चाटेदेखि सर्व प्रमेह निको हुन्छ ।

अथवा— प्रतिदिन बिहान शिलाजीत, दूध र चीनीसित खाने गरे २४दिनका भित्रैमा जस्तो सुकै प्रमेह भए पनि आराम हुन्छ । शिलाजीत असल शोधित चाहिन्छ

बहुमूत्र रोग

प्रिय पाठक! धेरै स्त्री प्रसङ्ग गर्नाले, शोक फिक्री मान्नाले, ठूलो परिश्रम गरी रहनाले, शरीरका प्रत्यंगमा रहेको पानी आफ्नू ठाउँदेखि गिरेर मूत्र मार्गमा प्राप्त हुन्छ र स्वच्छ पानी पिशाबको रूपले निस्कन लाग्छ, यसले गर्दा मनुष्यलाई कमजोर बनाइ दिन्छ, भोग शक्ति घट्दछ, मुख, तालु सुख्खा लाग्छ, तृषा ज्यादा लाग्छ ।

यसको उपाय

पाकेको केरा, अमलाको रस, मह र मिश्री इ वस्तु ताजा दूधमा हाली खानाले बहुमूत्र आराम हुन्छ । २१ दिनतक खानु ।

अथवा— असल वैद्यकहाँको अर्थात् शोधित पारो, बंगलौह र अभ्रकको भस्म सम भाग लिनू र थोरै मह मिलाई खल गर्नु, अनि मासका गेडा जत्रा गोली पार्नु । सँधै प्रातः कालमा आफ्नू नित्य कर्म

सकी एक गोली महको अनुपानका साथ गरी जम्मा २१ दिन खानाले कस्तै डर लाग्दो बहुमूत्र रोग पनि आराम हुन्छ, शरीरमा बल बढ्छ, मासु लाग्छ, भोगशक्ति पुनः देखा पर्छ ।

नपुंसकता अर्थात् नामर्दीको कारण

प्रिय पाठकवृन्द! शीतपदार्थ खानाले, रुक्षपदार्थ खानाले, कुहेको गलेको वस्तु अट्ट खानाले, ज्यादा शोक गर्नाले, मनमा धेरै चिन्ता राखनाले, सँगै डर मानी रहनाले, स्त्रीसित सहवास ज्यादा गर्नाले, इच्छा न गरेकी स्त्रीसित अर्थात् जुन स्त्रीलाई कामेच्छा छैन ऊसित बलात्कार भोग गर्नाले यो रोग लाग्छ ।

सधैं ब्रतादि वा निराहार गर्नाले पनि मानिस नामर्द (नपुंसक) हुन्छन् । ज्यादा भोको बस्नाले धातु क्षीण हुन्छ, धातु क्षीण भयेपछि, बल हीन भएर ओछ्यान पर्दछन् । यो बीजोपघातक नपुंसकता हो ।

ज्यादा अमिलो खानाले, अपच भएमा पनि भोजन गर्नाले धेरै पानी खानाले, विषम भोजन गर्नाले, ज्यादा दही खानाले, पर न सरेकी स्त्रीसित बसउठ गर्नाले, हस्त मैथुनको आदत गर्नाले, ब्रह्मचारिणी स्त्रीसित रमण गर्नाले, न नुहाएकी अर्थात् ४ दिन पनि न पुगेकी रजस्वला स्त्रीको उपभोग गर्नाले, दूषित स्त्री चिन्हवालीसित गमन गर्नाले, पशुहरूसित मैथुन गर्नाले, लिंगमा चोट लाग्नाले, स्थूली-करणका लागि अनेक न चाहेने न चाहिने औषधी लगाउँनाले, रतिमा गिर्न लागेको धातुलाई रोक्ने कोशिश गर्नाले पुरुष चिन्ह शिथिल भई नपुंसकता प्राप्त हुन्छ ।

ध्वजभंगबाट भएको नपुंसकतामा लिंगमा सूज देखिन्छ, पीडा पनि हुन्छ । खटिराहरू, बिमिरा बिमिरा निस्कन्छ, तेसैका तापले गर्दा जरो, तृषा, भ्रम, मूर्च्छा र वान्ता आउँछ । रातो, कालो, नीला, गन्दाउने

रगत बग्दछ । आगोले पोले झैं डाहा हुन्छ, विशेष गरेर यस्तो दाहा पेटमा, अंडकोशमा र जोनीं जोनींमा दाह हुन्छ । सके घाउमा कीरा पनि पर्ला र अंग गली गिला । इ सबै उत्पात ध्वजभंगबाट भएको नपुंसकताको लक्षण हो । बृद्धमानिसको शुक्र क्षीण हुन्छ, त्यस अवस्थामा अति परिश्रम गर्नाले, जस्तै धेरै हिंडनु, धेरै लेखनु, धेरै सिउनु गर्ने गर्नाले जरा-सम्भव नपुंसकता हुन्छ ।

मनुष्यको धातु क्षीण भए पछि फुकी ढलने, विना सत्वको हुन्छ । चिन्ता ज्यादा गर्नाले, डर, रीस, आर्काको डाहा गरी रहनाले, निर्धो भएर पनि धेरै ब्रत बस्नाले क्षयज नपुंसकता हुन्छ । हृदयको धातु रस क्षीण हुन्छ र मानिस पनि क्षीण हुँदै जान्छ । कच्चा उमेरमा अर्थात् सानै सानु वयमा अति मैथुन गर्नाले पनि धातु क्षीण हुन्छ र क्षयरोग पैदा हुन्छ ।

तसर्थ बुद्धिमान्ले बडो सावधानीसाथ आफ्नू वीर्यको रक्षा गर्नु, वीर्य रक्षा गर्नाले कुनै रोग पनि पूर्ण बलले हमला गर्न सक्तैन प्रारब्धले गर्दा कुसंयोग परी रोग लागे पनि जस्तै वीर्यको संरक्षण गरेको छ उसले अलिकति उपाय, औषधी गर्नासाथ रोग आसम हुन्छ, नपुंसकतामा बाजीकरण औषधी गर्नुपर्छ ।

बाजीकरण भनेको शुक्रलाई बढाई पुरुषत्व पैदा गर्नु हो । यो बाजीकरण मनुष्यको परम उपकारी छ । पदार्थमा जुन वस्तु मीठो चिल्लो, चिप्लो, मनलाई खुशी गराउँछ सो पनि बाजीकरण हो । बदामको हलुवा, कमलगट्टाको हलुवा, मैदाको हलुवा, मस्ला परेको, खार, मलाही, राबडी, दूधको खावा, फिनीका साथमा खावाको भोजन, मस्लाका लड्डू कि भने बर्फी, घ्यूको स्याहरी, घ्यूमा तारेको परवर आदिको तर्कारी र खूब चिल्लो मसला हाली कायदासाथ मन्द आँचमा पकायेको कवाब पनि बाजीकरण हो । मसीनु रेशमी वस्त्र

(धोती) पैन्हेकी, पानी मलमलको निहायत, महीन गुलाबी चोलो लगाई छाती कसेका, हातका आँलामा जडेको औंठी र गलामा सुनको हार लगाएको, गोडामा हल्का (खोक्रा) कल्लो र पातलो कम्मरमा सुनको कन्दनी पैन्हेकी, चह्रदो बघकी (१५ पुगी १६ मा पाउ राखेकी) कानमा भएको मोती वा हींगको यारिङ्गनाकको लाल जडेको फूलीले शोभायमान भएकी, सुगन्धी तैलले बडो सफाई साथ कपाल कोरेकी, पान खानाले ओठ राता गराएकी, नेत्रमा गाजल र गलामा पाउडर, लाली घसी मिंगारिएकी, निर्दोष अंगकी, सुशील स्वास्नी बाजीकरण हो । यिनलाई देखेपछि कस्तै पुरुष पनि चलायमान हुन्छन्, तसर्थ, बाजीकरण हो । यस्ती स्त्रीको सहवास पछि स्नान गर्गे भये दूध पिएर सुतनाले बल वीर्य बढ्ने हुनाले यो पनि बाजीकरण हो ।

चह्रदो उमेरको निरांगी पुरुष छ र तेसले नित्य बाजीकरण सेवन गर्छ भने नित्य स्त्रीप्रसंग गरे पनि हानि छैन । वृद्धपुरुष जसलाई स्त्रीप्रसंगको इच्छा छ, जो अति प्रसंगले भोग-शक्ति कम भै नामर्द भएका छन्, जस्को वीर्य अल्प छ, जसका घरमा व्याहिता ४ ५ स्त्री छन्, जो धनवान् छन्, तिनीहरूले अवश्य बाजीकरण सेवन गर्नु-पर्दछ । बाजीकरण सेवन गर्नाले रतिमा घोडाको झैं शक्ति बढ्दछ । “बाजी” संस्कृतमा घोडालाई भन्दछन् । अनेक प्रकारका शर्वतहरू र अरक पिउनाले पनि बाजीकरण हुन्छ । कसैका कोमल कण्ठनालिबाट निस्केका बाणी अथवा संगीतको अलाप पनि बाजीकरण हो ।

अंगराग, बुकुवा उग्रटन गर्नु र तैलको गालीश गराउँनु पनि बाजीकरण हो, जुनेली रात प्यारीको कोमल हात, प्यारको बात, पान खानु, पुष्पको शैव्या वा फूलका गजरा पनि बाजीकरण हुन् । इ सबै थोकले पुरुषरूपी बुकुटीमा वीर्यरूपी वयाम्प भर्दछन् ।

बाजीकरणको औषधी

मासलाई खूब राप्नो गरी धोई पखाली साफ गरी ताजा दूधमा हाली पकाउँनु फेरी त्यस्लाई असल ताजा मैदामा हाली भुटेर पूरी बनाई खानाले स्त्री भोगमा अति सामर्थ्य हुन्छ ।

अथवा—पिप्पली, मासको गेडा, मसीनु चायल, जौरगहूँ समभाग अर्थात् बरोबर लिई पिंथी मर्हान गर्नु—सक कपडछान पनि गर्नु, त्यसलाई मुछी घ्यूमा पूरी पकाउनु त्यो पूरी र दूध, बतासा खानाले सयओटीसित पनि न डराउने होइन्छ । यो खूबै पुरुषार्थ बढाउँछ ।

अथवा—पहिले पाला बियाएकी गाई जसको बाछो ठुलो भएको होस्, ती गाई मासको पात खाइ रहकी हुनु, तिन्को दूध वीर्य बढाउँनामा अति उपयोगी छ । बाजीकरणबाट स्त्री पुरुष दुवैमा अत्यन्त प्रीति उत्पन्न हुन्छ । असल सन्तान पैदा गर्न सकिन्छ । पुगी सरी आउने, धनवान् मनुष्यले त अवश्य यसको उपभोग गर्नुपर्छ । नहुनेले के गर्ला? गरीबले आफ्नू वीर्य रक्षा गरी प्रकृति देवीका भरोसामा काल काटनु उचित छ ।

अण्ड वृद्धि

यो रोग हुने मानिसले घोडा न चढनु, ज्यादा श्रम न गर्नु, स्त्री संगमलाई त्यागनु, धेरै न खानु, ज्यादा भारी-गर्हौं कुरो न उठाउनु, भोको न बस्नु, मलमूत्रको बेग न रोक्नु उचित छ ।

जानू जङ्गलमा उखेल्नु बढिया छानेर इन्द्राइनी त्यस्को मूल पिंघेर चूर्ण गर्नु एरण्डको तेल पनि । हाली खानु भया त सात दिन जति दूधको अनुपान गरी छुट्थ्यो निश्चय अण्डवृद्धि सहजै अब्बल् दवाई परी ॥

अथवा- बचर सस्युको कल्प लेप गर्नाले पनि अण्डवृद्धि बस्दछ । नीलकमलको जरो घिउमा पिंथी लेप गर्नाले अंडवृद्धि नाश हुन्छ । सूँष, देवदारू, चन्दन, बेसार, दारुहल्दी, सुकमेल, जीरा, स्याह जीरा, नागकेशर, बच, त्रिफला, कूट, जटामसी, गुग्गुल, रास्ना, काकडासिंगी, चित्रक, वायुविडंग, असगन्ध, कुरीलो, कुटकी, सेंधव, तगर, जाइपत्री, कमलका जरो इ सबै थोक एक एक तोला जम्मा गर्नु अनि खल् गर्नु । तेस्मा ६४ तोला घ्यू हाल्नु । अडुसा, गोरखमुण्डी, एरंड, नीमको पात, भटकटैया यिनको रस ६४ तोला जम्मा र दूध ६४ तोला मिलाउनु र पकाउनु । त्यो घिउ खानाले अण्डवृद्धि अनि फियोसमेत नाश गर्छ ।

भगन्दरको औषधी

त्रिफलाको रसमा बिरालोको हाड धोटी भगन्धरमा लेप गर्नाले यो रोग निको हुन्छ ।

बिच्छीले टोकेमा औषधी

कपासको पात र रायो पिंथी लेप लाउनाले बिच्छीको विष उत्रन्छ ।

अथवा- जमालगोटा पानीमा पिंथी लेप लगाये पनि बिच्छीको विष दूर हुन्छ ।

शुद्ध रजको पहिचान

आपना टाइममा अर्थात् मैन्हा पुगेका दिन न छुने हुँदा, रज हुँदा राहा न होस्, चिप्लो मालूम परोस्, पाँच दिनभन्दा पर न जावस् । रङ्ग खरायो को रगत जस्तो रातो होस्, पानीले कपडा धुनासाथ झट्ट जावस् अर्थात् कपडामा चिन्ह न रहोस्, त्यस्तो रज शुद्ध हुन्छ भनी वैद्यशास्त्रमा पारङ्गत भएका महात्माहरू भन्दछन् । शुद्ध रज भयेकी स्त्रीले गर्भधारण गर्न सक्तछन् ।

प्रदरको औषधी

कुहेको सडेको वस्तु खानाले, रक्सी, जाँड, शराव धेरै खानाले, सधैं जुन सुकै खाने कुरो खाँदा पनि ठोसी ठोसी घाटिसम्म खानाले, भात खाई सक्ने बिनिकै फेरी खाने कुरो खानाले, सदा अजीर्ण भइ रहने प्रकृति वा रोग हुनाले, गर्भपात हुनाले, ज्यादा मैथुन गर्नाले, ज्यादा घोडा चढी मात्र हिँडनाले, सँधे शोक र फिक्रीमा डुबी रहनाले, धेरै व्रत र उपवास गर्नाले, गह्रौं गह्रौं वस्तु उचाल्नाले कि बोकी हिँडनाले, दिउँसो खूब सुत्ने बानी पार्नाले, वात पित्त कफ र सन्निपातका भेदले चार तरहको प्रदर रोग आइमाइलाइ लाग्छ । प्रदर हुने स्त्रीको शरीरमा ताकत रहँदैन, वर्कत हुँदैन । केही मिहिनेतको काम न गरे पनि ज्यू गली गली आउँछ, कैल्हे काहीं मूर्च्छा पनि परिन्छ, लागु खाये झैं सदा झ्याम्म पारी रहन्छ, खूब प्यास लाग्छ, शरीरमा चटपटी दाह हुन्छ, जिऊ पहुँलो हुन्छ । वातसम्बन्धि प्रदरको यही लक्षण हो ।

कफबाट हुने प्रदरमा माड जस्तो पहुँ लो र सेतो रङ्गको पानी बहन्छ, पित्तबाट भएकोमा पहुँ लो, नीलो, रातो, कालो, तातो, बडो बेगले बहने प्रदर हुन्छ ।

वायु बिग्री भयेको प्रदर अलिअलि गुलाबी रङ्गको फीँज सहितको अलि अलि निस्कने हुन्छ । सन्निपातबाट भएको प्रदर रोगमा मह र घिउ मिलाउँदा जुन रङ्ग बस्छ उसै रंगको, बोसो जस्तो दुर्गन्ध भएको प्रदर बहन्छ । प्रदर हुने स्त्रीहरू सन्तान जन्माउन सक्तैनन् ।

१. विरेनून, जीरा, महुरेठी, नीलकमल इ चार थोक ल्यायी इन्को चूर्ण गर्नु । जस्लाई वातसम्बन्धी रक्तप्रदर भएको छ उसले महको अनुपान गरी ७ दिनसम्म खानु, आराम हुन्छ ।

२. दारु हल्दी रसांजन, चिरायता, अडुसा, नागर मोथे, बेलको फल, भलायो इन्को काढा पकाई मह (सहद) सित खानाले कालो पहुँलो, रातो, नीला र वडो दर्द भई बग्ने प्रदर, श्वेतप्रदर भए निको हुन्छ ।

३. अशोकको बोटोको काढा पकाई दूधलाई खूब तताई सो ठण्डा गरी संधै प्रातः समयमा खानसके रक्तप्रदर निर्मल भै निको हुन्छ, १५ दिनसम्म खानु ।

४. बधिरलाई मसीनु गरी पिँधी चाकुसित खाने गरे प्रदर निको हुन्छ ।

५. लाहा ध्व शिन अलिकात खानाले पनि प्रदर आराम हुन्छ ।

अथवा— काकजंघाको मूल (जरो) १ तोला जती र चौला री मिलाई खाये श्वेतप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा— काँचो केरा दूधमा पकाई खानाले प्रदर निको हुन्छ ।

सोम रोग

यो रोग स्त्रीहरूलाई मात्र हुन्छ । ज्यादा पुरुषसित संभोग गर्नाले, ज्यादा शोकले, ज्यादा परिश्रम पर्नाले, अतिरेचकले अर्थात् धेरै जुलाब खानाले, दिनभरी सिउँने कामगरी रहनाले शरीरको पानी बग्न थाल्छ, सो भूत्रमा बदलिएर सफा सङ्गो चिसो गन्ध न भयेको हुन्छ । कैल्हे काँही सो थामनु पनि कठिन हुन्छ । रोगीको मुख र तालु खूब सुक्छ । ज्यादागरी हाई हाई आउँछ । सोमरोगको उत्पत्ति यही हो ।

औषधिमा— केरा, अमलाको रस, मह, चिनी मिलाई खानाले यो रोग आराम हुन्छ । थोरै भने पनि ७ दिनसम्म नित्य प्रातःकालमा अवश्य सेवन गर्नु ।

कान पाकेको (पीप बगेको) मा औषधि

कान् पाकेर बहन्छ औषधि पनी भन्छु म त्यस्को यहाँ
 कान्मा पानि पत्थो कि दुध् परिगए दुख्ला खुबै कान्माहाँ ।
 पाऊभर् जति पानिमा फिटकिरी भासा दुई हाल्दिनु
 पच्चाभा उहि पानि ली तिन पटक कान्भित्र धोई दिनु ॥

॥१॥

अत्तर हाल्नु गुलाबको अलिकती थोपा दुई टप्टपी
 अर्को औषधि ता समुद्र फिजको धूलो छ भन्छन् तपी ।
 कान् पाकी बग्ने निको सहजमा होला अलिक् दिनगरे
 एती मै घबराइ वैद्यहरूका पासमा नजानू अरे ॥

॥२॥

दैनिक प्रयोग हुने केही औषधिका नाम

सौवीर	- बघर	मोचा	= सिमल
ऐरावत	= सुन्तला	मोचा	- केरा
रसाल	= आँप	शायत्री	= खयर
काशिक	- गोकलधूप	शिवा	शमी
शीत	बोहोरी	कारम्भ	- गुहेंलो
प्रियाल	- चिरौंजी	निम्ब	- नीम
गंभारी	- खमारी	शिशपा	= सिशौ
कुलक	= कुचिलो	कपितन	- शिरीष
कुम्भी	- काफल	अम्पेय	= चाँप
अग्निमुखी	- खुर्सानी	दरक	= दारिम
अग्निमुखी	= भलायो	नादेयी	= वज्रदन्ती

कन्दराल	- गीठो	श्रीपर्ण	- गिंदरी
जीवक	सत्तिसाल	सिन्धुक	= सिमाली
सर्ज	= साल	चेणी	= वनतोरियाँ
तापसतरु	घिउरी	मातुलपुत्रक	- धतुरो
बुक	गुम्पाती	दावी	- चुत्रो
अनन्ता	सिस्नु	यष्टी	- जेठीमधु
प्रयोदनी	- विहीँ	नाकुली	तितेपाती
वशिर	= चाँप	घाषक	= तोरी
कृष्णाला	- रातिगेडी	जाली	चिचिण्डो
कोला	- पिपला	एला	अलैंची
शतावरी	- कुरिलो	धातुफली	- अमला
वृष	= असुरो	हिमावती	- थाकल

दैनिक प्रयोग हुने अन्य चीजहरूका नाम

नीरसेन	नास्याती	जम्बीर	- ज्यामीर
विभीतक	- वर्रो	मातुलिंग	बिमिरो
ब्रह्मदारू	= निम्बू	वृन्ताक	भेण्टा
अक्षोट	ओखर	शिवी	- सिमो
लकुच	बडहर	कर्कटी	- काँक्रो
उद्दालक	- लप्सी	कुष्माण्डी	बोडी
निम्बूक	- कागती	पठेलिका	= चिचिण्डो
गोस्तनी	= अंगुर	कारवेल्ल	= करेली (लो)
हनु	- कालो हलेदो	पटोत	= परबर
केशिनी	= सिन्काहुली	घोषक	तोरियाँ

नेपाली र हिन्दी भाषाका प्रचलित केही औषधि द्रव्य

जेठीमधु	- मुलेठी (मुलहठी)	करवीर	- कनेर
राजवृक्ष	- अमलतास	असुरो	= अड्डसा
सालधूप	= राल	काउछो	= काँच
भृङ्गिराज	= भारङ्गी	इन्द्रायण	= इन्द्रेणी
काफल	= कायफल	इमली	अमिली
काँचो लाहा	= कच्चालाख	गन्ना	उँखु
हलेदो	= हल्दी	चुत्रो	- दारुहल्दी
अशीर	खस	रिहुँडी	= थूहर

संस्कृत र नेपाली भाषामा केही जडीबूटीहरूको नाम

वल्गरी	= तुलसी	माधवी	= बेली
छदन	= घात	चंपक	= चाँप
कुसुम	= फूल	कुमुद	= सेतो कमल
पाठला	= पाङरी	कर्णिकार	= काठचाँपो
अश्वत्थ	= पीपल	कदम्ब	= कदम
हेमदग्ध	= डुम्री	शिरीष	= इन्द्रकमल
मल्लिका	= बेली	अव्यथा	= स्थलकमल
चित्रक	= चितु (नो)	हयमार	= करवीर
अलर्क	= आँक	पुन्नाग	= चिलाउने
पापुफा	= गुंपाति	अतिपुष्प	= वसन्त फूल
वृक्ष...	वेङ्गेरु	कनक	धतुरो

छिन्नरूहा	= गुर्जो	शाल्मल	= सिमल
गोकर्णी	= भोर्ला	सिंहास्य	= असुरो
श्रयसी	= बाटुल्पाते	मन्दार	= बकाइनु
मर्कटी	= काउछो	मन्दार	= पारिजात
शंवरी	= मुसली	"	= शृङ्गार
केशपर्णी	= अपामार्ग	किंशुक	= पलाँश
रोहितक	= गुराँस	दुग्दा-सिण्डी	= स्यूँडी
केतकी	= केवडा	गोस्तनी	= दाख
गिरीपर्णी	= वन केवडा	क्षिरशुक्ला	= कुभिण्डो
पारिजात पाटल	= गुलाफ	प्रचोदनी	= सिंभी
सपर्णी	= छतिवन	हरितक	= हरो
ग्रन्थिल	= काजिभो	जम्बू	= जामुनु
कर्कस	= मखमली	मुद्ग	= मुगी
नयावर्त	= शयपत्री	यज्ञाङ्ग	= डुम्री
लंकेश्वरी	= लंकासानी	चमारिक	= कोइरालो
वज्रपुष्प	= तिलको फूल	कृतमाल	= राजवृक्ष
शृङ्गी	= उतिस	तुङ्ग	= चिलाउने रूख
दुग्धिका	= दुधिलो	पीतन	= अमारो
मधुरिका	= बन्सो	मधुक	= मौवा
विद्रुल	= बेत	अक्षीव	= सहिजन
फेनिल	= रिठो	(बाँकी दोस्रो भागमा)	

मानिस किन दुब्लाउँछ?

आफ्ना मान्छेहरू देखि टाढाका ठाउँमा बसी ।
सुख भोग मिलेकोले दुब्लाउन परेछ कि ? ॥

॥ १ ॥

आफन्तको सकेसम्म गर्छु भन्दा पनी भलो ।
वाङ्गिन्छन् पापिई आफैं कि त्यस्तै देह गल्न गयो ॥

॥ २ ॥

गुणले आफु भन्दा झन् कम्ती जो ती महाशठ ।
धनको धाकले हेप्छन् त्यसैले गलियो कि त ? ॥

॥ ३ ॥

गुणवान् बुद्धिमान् विद्वान् छौ स्वयं नै यहाँ तर ।
पाउँछन् मान छोटाले त्यो देखी गलियो कि त ? ॥

॥ ४ ॥

आफ्नो जीवन निर्वाह गर्ने कसै छैन साधन ।
सानो पेशा लिई बस्न जाती भन्दैन यो मन ॥

॥ ५ ॥

आफ्नो इज्जत थाम्नैमा महामुश्किल पर्दछ ।
कि यै कारणले गर्दा भइयो अति दुर्बल ? ॥

॥ ६ ॥

टाढाको बात सोचेर गरिइन्छ कुरा जति ।
ठडाउँछन् त्यती मूर्ख त्यसैले गलिन्छ कि ? ॥

॥ ७ ॥

भैगो यो बिचरालाई के सताउँ भनीकन ।
दया गरेर छाडेको जो हो त्यै मात्तिईकन ॥

॥ ८ ॥

जितें भनी अझै उल्टो हेपी धाक लगाउँछ ।
तेस्तो देख्नु परेकोले यसरी गलियो कि त ? ॥

॥ ९ ॥

आफ्नो उद्देश्य खोलेर भनिइन्छ सरासर ।
उद्देश्य पनि राम्रो छ छन् बुझ्ने पनि मानिस ॥

॥ १० ॥

तर बूझ पचाएर क्वै दिंदैन सहायता ।
यस्तै कारण पर्नाले यस्तरी गलियो कि ता ? ॥

॥ ११ ॥

कि कुनै शत्रुले आई मित्र जस्तै कुरा गर्‍यो ।
गयो ठगेर भागेर, न्यसलं गलनू पच्यो ॥

॥ १२ ॥

कि मुखहँरू में आफ्नो सिद्धान्त लाद्न खोज्दछौ ।
बुझ्दैनन् ती बुझाएर राम्रो बात बनाउँछौ ॥

॥ १३ ॥

तर तिम्ले भने जस्तो कोही गर्दैन आखिर ।
त्यसै कारणले गर्दा भयौ यस्तारि दुर्बल ? ॥

॥ १४ ॥

कि आफ्नो धन विद्या र बुद्धिले न अँठ्याइने ।
वस्तुको चाहना गछौ यौटा उत्साह मात्रले ॥

॥ १५ ॥

त्यस्मा सफलता कति न मिल्नाले गरीकन ।
खिन्नता बढ्न जानाले गलन थाल्यौ दिनै दिन ॥

॥ १६ ॥

छन् तिम्री सुन्दरी पत्नी छिमेकी धनवान छ ।
तन्नेरी छ तिम्री भन्दा गुण्डो छ रूपवान छ ॥

॥ १७ ॥

तस्मात् पत्नी उतातर्फ लाग्ने संभावना रही ।
चिन्ता पर्न गएकाले यसरी गलिए छ कि ? ॥

॥ १८ ॥

पुरानो मित्र क्वै तिम्रो अर्काको चातले गरी ।
तर्कैको छ त्यसैलाई लिन्छौ फर्काउने मति ॥

॥ १९ ॥

तर त्यो मूर्ख मान्दैन शत्रुकासाथ हिँड्दछ ।
यही कारणले गर्दा यति साह्रै गल्यौ कि त ? ॥

॥ २० ॥

आफ्नै पौरखले तिम्रो जो सम्मान भयो त्यही ।
भन्छन् मित्रहरू यस्तो दिलायौँ हामिले मिली ॥

॥ २१ ॥

सरासर झुठो यस्तो पचुपर्ने भईकन ।
गलियो कि लिई चिन्ता यै कुराको दिन दिन ॥

॥ २२ ॥

मनमा छ कुनै यस्तो अभिप्राय अति प्रिय ।
मिल्छ मिल्दैनको; शंका त्यसमा छ बराबर ॥

॥ २३ ॥

यसर्थ यो कुरा खोल्न अल्लि संकोच लाग्दछ ।
न खोल्दा पोल्छ यस्तैले भइयो कि त दुर्बल ? ॥

॥ २४ ॥

भिनै सिद्धान्त बानी छ धेरै मान्छेहरूकन ।
चाहन्छौ तिमि सद्भाव बढाएर रिझाउन ॥

॥ २५ ॥

सबैको मन राख्दैमा साह्रै मुश्किल पर्दछ ।
यस्तै यस्तै परेकाले यसरी गलियो कि त ? ॥

॥ २६ ॥

भिन्न भिन्नै तिमी धेरै दिन देखि कुनै कुरा ।
चाहन्थ्यौ लिन वर्य मौका मिलाई राप्परी करा ॥

॥ २७ ॥

अकस्मात् तर त्यै चीज अर्कैले लैदियो चुँडी ।
त्यै सङ्गरी पछुतो पर्दा यसरी गलिए छ कि ? ॥

॥ २८ ॥

कि बिद्या छैन चाहन्छौ विद्वान्को मान पाउन ।
छौ कातर र इच्छा छ देखाउन पसक्रम ॥

॥ २९ ॥

यस्तै आफ्नो हुती भन्दा खोज्छौ बाहिरको जश ।
जस्तो गर्दा पच्यो होला यसरी बन्नु दुर्बल ? ॥

॥ ३० ॥

आफ्ना आधारमा बाँचे मान्छे छन् दुःख पीडित ।
उन्को उद्धारका लागि छौ तिमी पनि चिन्तित ॥

॥ ३१ ॥

तर के गर्नु? आफैमा ठूलो आर्थिक कष्ट छ ।
यस्तै परेर त होला बनेको अति दुर्बल ? ॥

॥ ३२ ॥

परस्पर रिसाएका आफन्त इष्टमित्रको ।
चाहन्छौ प्रेम सम्बन्ध बढाउन यथार्थको ॥

॥ ३३ ॥

झन् त्यस्मा दुइटै पक्ष शंका गर्छन् तिमीसित ।
पर्दा असजिलो यस्तो चिन्ताले गलियो कि त ? ॥

॥ ३४ ॥

छोरो उद्दण्ड निस्वयो किं किं ज्वार्यं धृतहा बन्धो ।
किं पत्नी भै दिई उल्लू यसैले गलनू पय्यो ॥

॥ ३५ ॥

(महाभारत अनुशासन पर्व अ० १२४ मा यो प्रसंगका श्लोक दा० पा० सहित श्लोक ३५ छन् । पं० श्री मुकुन्दशरणन्यूकृत 'म० भा० सू०' मा संस्कृत श्लोक २३ मात्र छन् तापनि श्लोक ३५ कै भावहरू खिची उहाँबाट अनुदित हुन्) । संपादक

सन्दर्भसूची

यस आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य) को सम्पादन गर्दा उत्तर-भागमा उल्लिखित केही औषधीहरूका लागि मैले निम्न पुस्तकहरू पनि हेरेको छु—

भावप्रकाश निघण्टु	इन्द्रजाल	घरक संहिता
स्वास्थ्य रक्षा	अजीर्ण मञ्जरी	युवामञ्चका केही अंकहरू
स्वास्थ्य विज्ञान	शिखरनाथ भाष्य	आयुर्वेद सार दर्पण
चिकित्सा चन्द्रोदय	सर्वार्थ भाषा जातक	औषध पूर्ण चन्द्रोदय
नाडी परीक्षा	रसगङ्गा महोदधि	सजिलो स्वास्थ्य विज्ञान
नाडी विज्ञान	गर्भ निरोधककी औषधीयाँ	कोक शास्त्र इत्यादि

परिशिष्ट

यस आयुर्वेद सार संग्रहको केही पाण्डु लिपि पत्रहरूको नमूना यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ । यसबाट पाठकहरूलाई उक्त औषधीको र पुस्तकको परिपाटी हृदयङ्गम गर्न सघाउ पुग्नेछ र यस दिशामा समीक्षकहरू निश्चय नै लाभान्वित हुनेछन् । साथै तात्कालिक भाषिक प्रयोग प्रवाहको विम्बलाई प्रतिविम्बित गर्ने यी नमूना पत्रहरू भाषिक इतिहास र प्राचीन भनाँ कि ग्रामिण भाषा विज्ञानको क्षेत्रमा अभिरुची राख्ने अनसन्धाताहरूका लागि पनि उपयोगी हुने भन्ने हामीलाई लागेको छ ।

अथ

परिशिष्ट भाग

पथ्यापथ्य विचार

(स्वानुभव)

॥ अपथ्य—

पीरो, तेल, अमिलो, पिंडालु, मसुरो, तामा र भेन्टा, सिंभी
 ठूलो माष, खुदो, केराउ लतरी, तीता जति छन् बढी ।
 बण्डा गोभि, अपथ्य धेर कटहर, आमीष, बासीहरू
 रोगीले अनदी गरिष्ठ चिज धेर यद्वा न चाखौं बरू ॥

॥ १ ॥

आँखा ज्योति पिंडालुले बढ्छ र आँखा दुखेमा त यो
 झन् दुख्ने छ पिंडालुले बहि सरी गाभा अनी कर्कलो ।
 गेष्टिक, शूल, प्रसूति, धातु, कफशूल, घाऊ र खोकी, दम
 बढ्छन् किन्तु बफाइ खानु यसरी होला असर् क्यै कम ॥

॥ २ ॥

चीया-गेष्टिक, धातु, कब्जियत भो मन्दाग्नि गर्दिन्छ है
 सदी, सूज, ज्वरांश, खोकि छ भने छाड्नु मही पर्छ है ।
 तत्कालै दुहुँदै छ दूध बढिया, पीनास रोग बढ्दछ
 ताती तर् झिकि दूध खानु हित हो आफैं विचार गर्नु छ ॥

॥ ३ ॥

(दहि, दूध, घिउ हीन खालि गोमूत्र पात्रि जो ।
धैरै खाए त प्राणान्तै पानै खोज्छ जानु यो) ॥

॥ ४ ॥

तामा, भेन्टा, सिंभी यी बहुत लिइ रहे रोगिमा हुन्न वेश
खानै मनु भो बफाई अलि अलि लिनुहोस् भन्छु फेर चीज दोष ।
ठूलो माष् भो केसौमा लतरि न लिनुहोस् मध्यमै जानु आलु
रगौदी अम्लपइएका चिज सब बझनु आमयीमा विषालु ॥

॥ ५ ॥

बोडी वर्षे हिऊंदे अति काम लिनुहोस् फसि लौका कुधिण्डा
वेश् हो झूमे करेला परिमन लिनुहोस् कम्ति नै खानु बोडा ।
थोरै खानु कुडनी न लिनु अझ असल् भट्ट झन् कम्ति खानु
धैरै के भनु रागी चिजकन उसिनी पानि फालेर खानु ॥

॥ ६ ॥

भन्छन् पौष्टिक मासु औ फुलहरू कवै रोग झन् बढ्दछन्
आँखा रोग र खोकि बढ्दछ भनी खानेहरू भन्दछन् ।
कोदो भट्ट चना गहत् यिनिहरू हुन् पौष्टिको नै तर
रोगीले अति कम्ति खानु, नहिं ता होला न पचे डर ॥

॥ ७ ॥

केरा घ्यू दहि दूध साथ न मिले पानी मुछे पच्छछ
केरा मात्र र अन्नमा मिसिलिए पच्दै न छीटो उ त ।
काँचा-धेर-गुलिया र अन्न मिसिँदा दुषध्वझै बन्छन
छाती पोल्दछ घेर नून अमिल्ला पौरा कुपथ्यै हुन ॥

॥ ८ ॥

धेरै नून, गुलियो न खानु बढिया तातो न चीसो बढि
पौष्टिक् हो दुध 'तर' न खानु तर धेरै गेष्टिक् हुने पेट बढी ।
विष्टा मूत्र न रोक्नु, धेरै उपवास ठिक हुन क्वै रोगमा
खानै हुन अजीर्णसाथ कहिल्यै रोगादि छन् भोगमा ॥

॥ ९ ॥

मूलाको बिउ औं विरेनुन मिसी यो पाचकी चट्निं भो
मूला नित्य र धेरै खाइरहिए शिर पेट दुख्दिन्छ है ।
फूलगोभी पनि धेरै खाउँ त भने बढ्दै पिनाश दुख्छ शिर
पौष्टिक् हुन् फल फूल साग तर पिनास बढ्दै गई दुख्छ शिर ॥

॥ १० ॥

(हरिया साग आदिले आँखाको तेज बढ्दछ ।
पिनाश टाउको दुख्ने छ त त्यो अझ दुख्दछ) ॥

॥ ११ ॥

शुद्धाशुद्ध परै रहोस् लसुनले हित गर्छ क्वै भन्दछन्
आँखा रोग र घाउ आदि छ भने बढ्ता दुखी कन्दछन् ।
च्याऊ, छ्यापि, लशून, गाजर, पियाज ब्रह्मत्व नाशीदिने
हुन् है, खान्छन औषधी भनि कुनै को होस् न खा भन्दिने ॥

॥ १२ ॥

मेरो स्वानुभवी कुरा सुननुहोस् प्याक्नोस् कि वा हाँस्नुहोस् ?
दुःखी भैकन रोग लाग्दछ भने हो नर्क यो शोचुहोस् ।
जाने वा यदि पाइए जडिबुटी थिच्थाच् गरी प्युनुहोस्
दुष्यथादि न खानु, पथ्य परिमित मात्रै सदा खानुहोस् ॥

॥ १३ ॥

लाग्यो ता जुन रोग होस् उहि बढी हो औषधी गर्नुहोस्
 भोगेको छु पिनास रोग शिरको कस्तो छ यो सुनुहोस् ।
 छन् पौष्टिक फल फूल साग र दही, नौनी, गुलीया चिज
 खायो ता शिर दुख्छ होस गरदै आफै विचार गर्नु छ ॥

॥ १४ ॥

भाग्यै हीन छ ता हुँदै न फलिभून् सम्पूर्ण उद्योगमा
 पूरा औषधि लाग्दै न कुषधिक क्षीणायु दुर्भागिमा ।
 चिन्ता छाड्नु, कर्म गर्नु, फलको आशा न राख्नु अरे
 खानू पथ्य, सुशास्त्रसङ्ग हरिनाम् यो औषधी दिव्य रे ॥

॥ १५ ॥

आयुर्वेद सुविज्ञले भनुन वा होमोपथिकले भनुन्
 ऐलोपैथिकले भनुन् तर यि ता दुष्यथ्य नै चीज हुन् ।
 कोही रोगमहाँ हुनन् चिज कुनै खानु हुने खै तर
 धूवाँपान त वीषकै सरि बुझाँ छाड्नुस जन्मै भर ॥

॥ १६ ॥

५ एउटा कुरा

हैजा रोगिकनै सुसार गर्ने मौका परेका दिन
 धूवाँपान गरी सुसार गरदा सदैँन रे तेस्कन ।
 यो मात्रै गुण हो र? बानि छ भने जो मद्यसेवीकन
 खाना पच्दछ रे तथापि न गरौँ गाँजादिको सेवन ॥

॥ १७ ॥

विषय जति सबैको बैगुनै पो बखानै
 शिव! अब कुन मिल्ता चीज रोजेर खाने ।

सब चिज उहि छन् रे भात रोटीहरूमैं
समुचित छ विरागै थप्पु संतोष साथमैं ॥

॥ १८ ॥

॥ पथ्य—

जस्का छन् विषयादि वा धन कि वा राख्ने रुची स्वास्थ्यमा
भन्छू ती जन निमित्त छन् विषय जुन् संझीलिए चित्तमा ।
खानू सीमित मात्र चीज जुन होस् खायो त धेरै भने
बन्छन् ती विष झैं न खानु अति धेरै आरोग्य बस्ने भए ॥

॥ १९ ॥

ठूलो केरौ, मुगीमाष, अरहर र चना सागमा चंसुरादि
बेथे, जिधरे र पर्वर, चिथरि यि वनका बोहरी-फूल आदि ।
रानी भ्यागुर मिलेमा वनतरुल कि ता फूल गोभी घरेलु
चिप्ले भेण्डी, कुभिण्डो, तिरहिरबकुलो^१ कम्ति नै खानु आलु ॥

॥ २० ॥

चैला वेश् हो मुगीमाष सरि हित गरने धार हुने घिरंलो
धोरै खानोस् चिचिण्डो सरदि यदि भए कम्ति खानू घिरंलो ।
ववैरालो फूल वेश् हो, अति कमि चटनी मात्र काहीं करेली
पानी फाल्नु बफाई बिघति चिज भए रोगिले यो नभूली ॥

॥ २१ ॥

॥ पानी—

हिक्का, विष, मद, धातु, पित्तहरूमा हित् हुन्छ चीसो जल
कफ, कम्पञ्चर, वात, रुघा, अरुचि, शूलमा वेश तातो जल ।

१- बकुलो = बकुल्लेसिंभी, सिर्जन ।

पैला छाननु फेर उमालनु हओस् तम्किन जुन् पात्रमा
 राख्नु स्वास्थ्य विचारि उष्ण यदि वा चीसो छ वेश् आफुमा ॥
 झीजो अलिछ न ली यही गरनुहोस् सुस्वास्थ्यकारी जल
 एकदिन् रात कटी उ जल् न पिउनु अर्को उमाल्नु जल ॥

॥ २२ ॥

॥ निद्रा—

भन्छन् छन् पुरुषार्थ चारु जति हउन् सारा पुरुषार्थमा
 प्रातःकाल न सुत् संझ मनमा क्वै भन्छु दुर्भागिमा ।
 शिर दुखे र रुघा पिनाशहरुमा स्त्रीलम्पटी आदिमा
 प्रातः होस् जुन काल होस् बढि सुते हित हुन्छ र देहमा ॥

॥ २३ ॥

सुत्दा कम्बल होस आफ्नुसँगमा ओडौं न ओडौं तर
 आग्लागी हुन गो वरीपरि भने ओडी हिडौं बाहिर ।
 शय्याका नजिकै हओस् जल सधैं छानेर ढाकीकन
 चिन्ता कति कुनै न ली सुतनु रे सर्वेश संझीकन ॥

॥ २४ ॥

॥ चिन्ताग्निमा न पोलिऔं—

चिन्ताले जिउँदै जलाउँछ कुनै पागल् सरी बन्दछन्
 कोहीमा उपचार नै विफल भै आपत्तिमा पर्दछन् ।
 तस्मात् दुःख र पीर जे जति परोस् चिन्ता न लिईकन
 उत्साहा शुभकाम धैर्य लिउँ रे सास्तिक्य सद्भावना ॥

॥ २५ ॥

५ बाल रोग (बालबेधा)—

छेनें, पैट् फुलने, ज्वरांश, अरुची, खाना न पजे हुँदा
यस्ता बालक बालरोगि भनछन् बूढाबुढी सोधदा ।
आकाशबेलि, अजम्मरी, सिमलिका रस् आधि चंचा निले
लामा धामि र पैछ डाक्टर कुनै चाहिन रे यत्तिले ॥

॥ २६ ॥

५ कसले के भन्दछन् ?

भन्छन् पैछ त चायु पित्त कफ नै हुन् रोगका कारण
ज्योतिर्यद् ग्रहदोष, भूत पुजने राख्छन् भर्तुधारण ।
प्रारब्ध भनि भन्दछन् मुनिहरू, होलान् सबै जे हउन्
दुष्पथ्यादि म भान्छु रोग हुनमा पैलो यही संझिउन् ॥

॥ २७ ॥

५ विषालु—

छत्तिवन्, सिउँडी, खिरोँ, भलायो र गोलायिँची ।
हरिताल, चितो, गन्धक् विष हुन् होश् गरौँ अति ॥

॥ २८ ॥

५ औषधि विवेचना—

रक्तश्राव, विषघ्न निमित्त र अनी तेस्तै कुनै रोगमा
यी छाडी अरुमा सुठो र अदुवा, पिप्ला विघत् छन् मपा ।
हित् गर्देन सितोपलादि पनि लौ पीरो भई धातुमा
एकै रोग हओस औषधि उही मिल्दै न है सर्वमा ॥

॥ २९ ॥

रोगीको प्रकृति-स्वभाव र अनी बेला र ठाउँ अरू
हेनूपछं उमेर, रोग कसरी लाग्यो उ कारणहरू ।
पथ्यापथ्य र बानि के छ उसको पैलो कि वा जीर्ण हो ?
जाँची औषधि गर्नु, कान्-नयनमा वेजाँच चीज् वीष हो ॥

॥ ३० ॥

५ एउटा बिन्ती-

चिन्दैनौं ति जडीबूटीहरू कुनै कोही कहाँ हुन्न
कुन मैहा कुन चीजमा गुण बढी हुन्छन् पन्यो जानन ।
बोक्रा, पात, गुदी, जरा कुन कती, केमा मिस्रे वेश् हुनन् ?
आयुर्वेद सुविज्ञ औ अनुभवी निःस्वार्थिले भन्दिनन् ॥

॥ ३१ ॥

याँटा विन्ति छ औषधी जडिबुटी जस्तो सुकैको हओस्
बोटै मर्नि विऊ विनाश गरिने यस्तो कहिल्यै न होस् ।
भारी पाप छ नाशिण् जडिबुटी यो बात संझीलिनोस्
आयुर्वेद, अथर्ववेदहरूले भन्छन् उहाँ हेनुहोस् ॥

॥ ३२ ॥

आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य)

समाप्तम्



जाँदा जाँदै एउटा कुरा

पाठकवृन्द! यो आयुर्वेद सार दर्पण पुस्तकको जीर्णोद्धार भएपछि यथाशीघ्र प्रकाशन गर्ने सिलसिलामा थुप्रै प्रकाशकहरूसँग हात जोर्ने काम भयो, तर कतैबाट पनि यसको उद्धार हुने उपाय न देख्दा यो थोत्रो कापी बोकेर किन हिँडिरहें हुस्ला? भनेर पछुतो र निराश न भएको पनि होइन । कतिपय प्रकाशकले त हुन्छ म छपाइ दिन्छु भनेर दराजको एउटा कुनामा २/३ वर्ष जति थन्क्याइदिनु पनि भयो । हुन त मैले राख्नु र उहाँहरूले राख्नुमा धेरै फरक थिएन पनि । यस्तै आरोह र अवरोह पार गर्दै अन्तमा दुर्गा साहित्य भण्डारका प्रबन्धकज्यूले यस पुस्तकप्रति देखाउनु भएको चासो र सक्रियताले गर्दा नै पुस्तक यसरूपमा आउन सकेको हो । पुस्तकमा दिइएका कतिपय विषयहरूमा सिलसिला मिलाएर (क्रमबद्ध) ले राख्ने इच्छा थियो । परन्तु म आफूलाई समयको अभाव र लेखक र प्रकाशक यद्वा मुद्रकको दूरी निकै टाढा भएकोले आफूले न चाहँदा न चाहदै पनि कतिपय कुराहरूमा अपूर्ण भएको हुन सक्दछ ।

पुस्तकको उपयोगिताको बारेमा भन्नुभन्दा पनि आजभन्दा १६४ वर्ष अगाडि लेखिएको उक्त आयुर्वेदसङ्ग पुस्तकलाई सामान्य संशोधन बाहेक हामीले जस्ताको तस्तै राख्ने प्रयास यस संस्करणमा गरेका छौं ।

साथै त्यस समयको भाषा, लेखाइ र औषधी गर्ने परिपाटी के

कस्तो थियो भन्ने थुप्रै पाठकहरूको जिज्ञासाको पिपासा मेटाउन परिशिष्टभागमा करीब ४ पेज जस्ताको तस्तै (प्रतिलिपी) राख्ने यथोचित प्रयास गरिएको कुरा सचेत पाठकवृन्दमा अवगत न हुने कुरै भएन । धेरै धेरै महानुभावहरूले उक्त प्राचीन ग्रामीण भाषालाई संशोधन गरेर अहिलेकै प्रचलित भाषामा राख्न दिनुभएको सुझाव र अनुरोधलाई अर्को संस्करणसम्मका लागि सुरक्षित राख्ने काम गरेका छौं ।

अरू पनि थुप्रै महानुभावहरूबाट यस्तै किसिमको सुझाव र सल्लाह प्राप्त हुन आएमा आगामी संस्करणमा संशोधन गर्ने प्रयासलाई सर्वप्रथम मान्यता दिइने छ ।

साथै हामीले यस्तै धरेलु जडीबूटीसम्बन्धी पुस्तकहरूको दोश्रो र तेस्रो भाग पनि तयार गर्ने तर्खारमा छौं , कृपया आफूले जाने बुझेका, अनुभव गरेका र बुढापुरानाहरूबाट देखी सुनी आएका औषधी-हरूका बारेमा जानकारी प्राप्त छन् भने हामीलाई लेखी पठाउनुहोला । हामी त्यस्ता रचनाहरूलाई स्वागत गर्नेछौं ।

अन्तमा, यो धरेलुवैद्यको पुस्तकलाई अझ उपयोगी र प्रभावकारी बनाउन आफ्ना अमूल्य सुझावहरू भए लेखी पठाउनुहुने नै छ भन्ने पूर्ण आशाका साथ—

ओमप्रकाश अधिकारी

जिल्ला नवलपरासी, अर्घौली गा. वि.स.+पो. आ.

वार्ड नं. ८ डण्डा (गोर्सीती चोक)

(नवलपुर), लु. अ. (नेपाल)

सम्पादकद्वारा सम्पादित केही पुस्तकहरू

१. ब्रह्मकर्म (प्रकाशित वि.सं. २०३२)	समाप्त
२. स्तोत्र पुष्पाञ्जलि (विविध स्तोत्रहरूको संग्रह) (२०४६)	१०/-
३. कर्तव्य दर्पण (मानवधर्म रहस्य दर्शन) (२०४७)	४०/-
४. दिव्यमधु (अर्थात्-मौरीको गुनासो-कविता संग्रह) (२०४८)	१०/-
५. श्राद्ध पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित) (द्वितीय संस्करण)	
६. मानवधर्म (पद्यमा) (२०४९)	८/-
७. अष्टावक्र गीता (नेपाली पद्यानुवाद सहित) (२०५०)	२५/-
८. आनन्द दीपिका (गोपीगीतसहित) (२०५१)	५/-
९. हिंसक कृषक तुलना (मामु र हलोको तुलना) (२०५१)	१५/-
१०. गुलाफको फूल र मौरीहरू (सायरी संग्रह) (२०५४)	२५/-
११. सिद्धगणेशस्तोत्रम् (मूल) (२०५५)	६०/-
१२. अन्त्यकर्म पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित) (२०५५)	५०/-
१३. ज्ञानरत्नमाला (पद्यमा) (२०५६)	२०/-
१४. संसार देखी लाग्छ सारै उराठ (पद्यमा) (२०५६)	१५/-
१५. आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य) (२०५६)	१३०/-
१६. व्यवहारोपयोगी सार संग्रह (प्रथमभाग)	प्रकाशोन्मुख
१७. बालबोधनी श्रीरुद्राभिषेक पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित)"	
१८. सजिलो विवाह पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित)	"
१९. तिलक रहस्य दर्पण (तिलकसम्बन्धी विवेचना)	"
२०. सूक्ति सुधा (केही मननीय सूक्तिहरूको संग्रह)	"
२१. श्रीराधाकृष्ण स्तोत्रम् (मूल)	"
२२. अग्निस्थापना पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित)	"
२३. चुटुकिला भजन संग्रह र श्रीकृष्ण चरित्र (तीजको गीतको लयमा)"	
२४. धर्मोपदेशमाला (पद्यमा)	इत्यादि